CLAVDII

GALENI PERGAMENI, DE SANITATE TVENDA, LIBRI SEX,

THOMA LINACRO Anglo interprete:

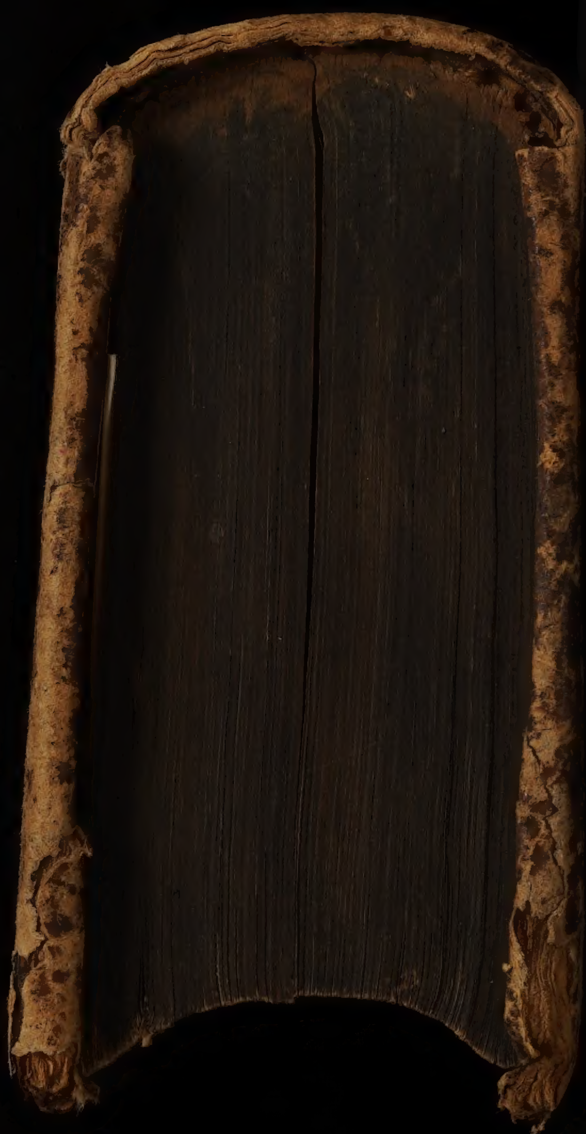
NVPERRIME AD EXEMplar Venetûm recogniti, & diuulgati.

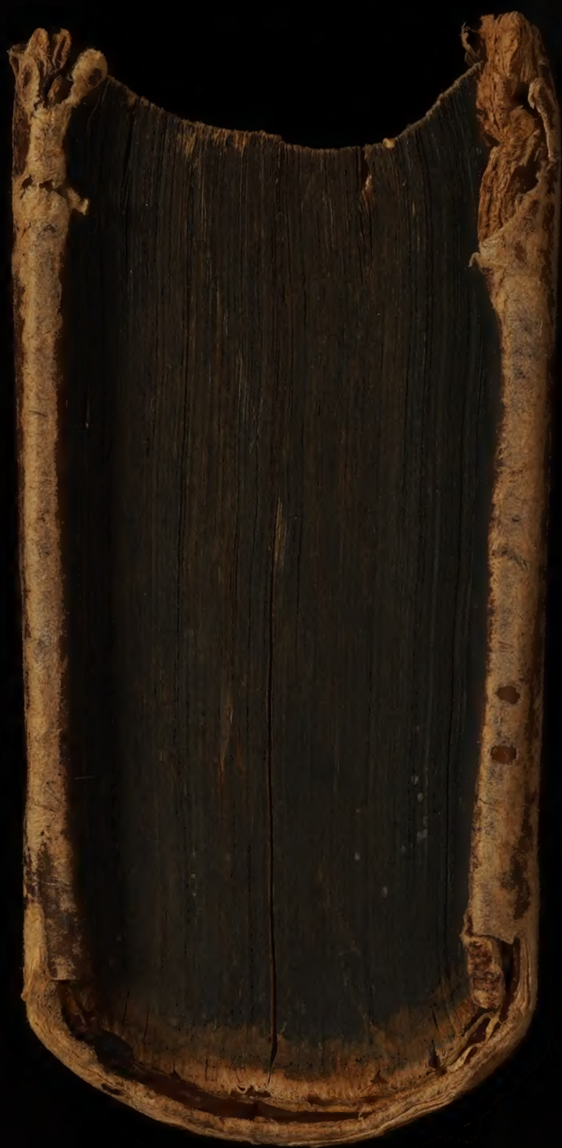


LVGDVNI,
Apud Guliel. Rouil. Sub scuto Veneto.
1549.

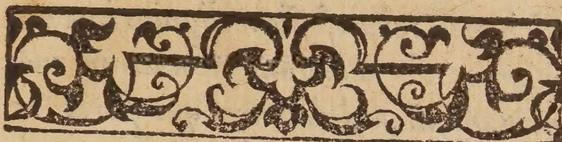
CL. GALENI
PERGAMENI
DE SANIT. TUEN.








WELLCOME
LIBRARY
INSTITUTE



INVICTISSI-MO ILLVSTRISSI-MOQVE HENRICO

octauo Angliæ Regi, domino Hyberniæ, ac Vvalliæ Cornubięq; principi, Thomas Linacrus Medicus

S. P. D.



VM MVLTI TIBI quotidie, Henrice regũ clarißime ſplendore gloriaq; nominis tui allecti, multa, quæ te variè oblectent, certatim afferant: alius generoſos æquos, alius inſignes canes, alius aurũ argentúmve, ſed quorum ingenij cuiuſpiam opus materiam ſuperet: ego cùm eiuſmodi facultatibus minimè abundem, nihil vel

officio meo vel profeßione dignius inueni, quàm vt tibi ſtudiorum meorum monumentum aliquod dicarem, quò fieret vt ſimul otij, quod per indulgentiam tuam à iuſto tibi miniſterio aliquando ſuffuror, ratio tibi conſtet: ſimul intelligas me non modò horis iis, quibus te præſens fruor, ſed etiam reliquis omnibus id pro viribus moliri, quod tibi aliquando gratum fore exiſtimem. Delegi igitur potißimùm ex iis, quæ nuper verti, Galeni opus, quod, De ſanitate tuenda, inſcribitur: opus ſcilicet vel autoris merito, vel ſuo, præſtantißimum. Quippe autor ipſe tantus in omni medendi arte fuit, vt non immeritò tum patriam ſuam nobilitarit, tum ſeculum illuſtrarit: qui ſummis alioqui viris, qui ante eum vel condidiſſe artem, vel plurimùm auxiſſe ſunt viſi, omnibus planè, cùm ab Hippocrate diſceſſeris, vmbram ſui nominis claritate induxit: atque hunc ipſum ſolus nobis ſua partim interpretatione, partim commendatione ſerua-

uit: qui, niſi huius fuſa, iucundaq́; claritas ſuppetias tuliſſet, vt minimè à nobis intellectus, ita planè fuiſſet neglectus. Poſteris verò adeò omnem laudis materiam in medicina præripuit, vt nihil illis ad laudem reliqui ferè fecerit. Declarant eorum opera, à quibus ſi, quæ ab illo ſunt mutuati, detraxeris: tam pauca ea, quæ reſtant, incultaq́; comperias, vt Horatianæ corniculæ exemplo riſum moueant. Atque vtinam tantùm riſum mouerent, ac non ſæpè iuſtiſsimam potius indignationem, cùm multa pernicioſa ſint, multa vitiosè, perperamq́; tradita: pleraque omnia, quæ ſcribunt, adeò ambigua, obſcuraq́; ſunt, vt poſteà etiam quàm verboſiſsimos interpretes fatigarunt, Oedipi alicuius, Apolliniſve opem adhuc deſiderent. Quo minùs mirum eſt, ſi hîc tanta poſteris inuidia fuit, vt ſumma eorum ingenia nonnullum doloris ſui remedium putarint, ſi ex innumerabilibus, quæ ſcripſit, minutias aliquas taxa-

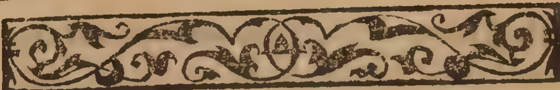
re, & carpere potuerint: quanquam idem rursus adeò omnem eorum inuidiam vicit, vt illi ipsi, qui carpere in eo quicquam sunt ausi, omnes tamen, quò inuidiam suam dißimularent, eum prius laudare sint coacti: adeò vt, quod quidam sibi improbißimè arrogauit, qui se Iatronicen inscripsit, id huic omnes verißimè attestemur: qui, si vniuersæ virtutes eius æstimentur, medicos omnes, quiq; priores se, quiq; posteriores fuerint, planè vicit. Opus verò ipsum quanta sit præstantia, vel quàmlibet eius dotem expendenti, facilè appareat. Siue (quam curiosus quispiam, inquireret) eius originem, quam constat ipsam fuisse naturam: quæ tantum non viua voce, instrumentorum, quæ nobis tribuit officijs, summas hic traditæ artis insinuauit. Siue quibus exculta sit ingenijs, cum ijsdem, quibus omnis philosophia, speciosißimæq; artium & inuentæ sunt, & absolutæ: quippe qui, propterea quòd ijs incubuerunt, quæ sicut animo sa-

luta

lutaria, sic corpori fuere inimica, ab hac sibi petere auxilium necesse habuere. Siue (quæ mihi ad solidam eius laudem magis pertinere videntur) magnitudinem eorum quæ promittit & perficit: quando illud, sine quo nihil est in vita dulce, & quod, non quolibet testimonio, sed Delphici ipsius oraculi, in vita perhibetur optimum, perpetuum sibi auscultantibus præstat. Siue eius supra reliquas medicinæ partes, quæ corpori hominis tuendo sunt inuentæ, præstantiam, vel eam, quæ instantes morbos præcauet, vel quæ præsentes eliminat. Eas nanque tanto interuallo præcedere intelligetur, quanto ipsius gratia, illarum muneribus multò est communior, eoq́; non immeritò desideratior: cùm sanitas nulli non ætati, non tempori, sit expetenda, illarum præsidia tum demum sint vsui, cùm iam morbus vel minatur, vel vrget. Proindeq́; huius (vt breuiter dicam) bonitas, paci, illarum militum virtuti sit quàm simillima: quorum

vsum nisi in bello constat nunquam esse concupiscendum. Et autor quidem, atque opus eiusmodi sunt. Qui si latinitate à me donati, minores fortasse cuipiam videbuntur, quàm sunt à me prædicati, erit id, fateor, infantiæ meæ maximè imputandum: nisi etiam eorum virtuti, vtpote quam pro merito exæquare, nec modestus quispiam sperauerit, nec temerarius possit. Quo etiam iustius & tibi lucubrationes has dicandas censui (ex cuius autoritate multum pretij illis accessurum non dubitaui, multa enim (vt ille ait) ideò pretiosa sunt, quòd templis dicata) & à legentibus veniam facilius sperauerim, si ingenuè cedens in ijs, quæ consequi, nedum euincere non erat, in eo aliquid profeci, quod detrectare non licuit. Nam, vt cum elocutione autoris certandum mihi non fuit, certè rerum fides non erat omni conatu non adeunda: quam præstiterim nécne, libuit publicum iudicium experiri: idq; etiam sub nomine potißimùm tuo.

Quod tamen ut facerem, animus mihi planè defuisset, (tametsi me uiri doctißimi, partim ex Italis, partim ex Germanis & Gallis, præcipuè duo nostræ ætatis lumina Erasmus, & Budæus, ad editionem operis crebra appellatione impulissent) nisi singularis tua, spectataq; omnibus humanitas, boni se consulturam promitteret. Hæc enim præcipua profectò fiducia est, quæ si me non frustrabitur, & literarium hoc munusculum læta fronte accipies, non mihi modò maiora, quæ premo, edendi animum addideris, sed etiam alios ex tuis ad multa, quæ te, & seculum fortasse tuum illustrent, scribenda excitabis. Diu uiuas precor Regũ splendor, & seculi tui decus. Londini XVI. Cal. Quintiles. Anno salutis Christianæ M. D. XVII.



LINACRUS AD LECTOREM.



BSIT, CANDIDE lector, quisquis in has nostras lucubrationes eruditior incideris, ut quod ego rudioribus duntaxat consulens, minimè de tua eruditione dubitans, feci, id tu vitio vertas, ac non potius eos, qui te rudiores sunt, mecum miseratus, boni consulas: quòd voces quasdam quæ apud magnos aliâs autores in multiplici sunt usu, & proinde confusiores, ipse eas, quò videlicet Græcis, pro quibus ponuntur, magis æquem, partim adiuncto aliquo discernam, partim unica ferè significatione usurpem: quasdã rursus aliquando nouem, sed cum præfatione: & ubi latinas non inuenio, quibusdã Græcis utar, sed qua usitatam Latinis inclinationem

maximè recipiant. Sunt verò (ne me nimium mihi permisisse putes) vniuersæ quibus veniam ita præfamur, non adeò multæ, feréque hæ: Digerere apud veteres præter alia significata, & pro eo quod est διαφορεῖν Græcè sumitur, & pro eo quod est ἀναδιδόναι. Sunt & qui pro concoquere (sicut rude vulgus abutitur) in epistola Ciceronis ad Atticum positum putent. Nos cùm pro διαφορεῖν eo vtimur, verba hæc (per halitum) vel (per spiritum) ei adiungimus. Cùm pro ἀναδιδόναι, verba hæc (in corpus) addimus. Discutere præterea veteribus & pro eo quod est τέμνειν, siue λεπτύνειν, siue διασκεδάζειν accipitur: vt Celso de remedio aduersus aspidem: quo sensu etiam Dissipare eodem loco legitur. Et pro αἱρεῖν, siue ἐκβάλλειν, vt cùm dicitur, febrem discussit. Nos eo verbo in secunda significatione maximè vtimur priorem per dissecare, vel incidere interpretamur. Rursus cum πάθος recentioribus

Græcorum & pro eo præter naturam motu qui extrinſecus aduenit, & pro affectu, qui tali motui ſuccedit, accipiatur nos prius ſignificatum, paſsionis vocabulo reddimus: quod tametſi in frequenti præſertim oratorum vſu non eſt, tamen in naturalibus quæſtionibus legitur apud Senecam. Secundum (quoniam id multiplex eſt) vt in ſecundo de ratione medendi Galenus docet, modò vitium, modò affectum, modò ſymptoma (prout locus poſcit) interpretamur. In vaporis quoque vocabulo Celſus, & Plinius duo illa ἀτμὸν & ἀναθυμίασιν confundunt. Nobis ſatius eſt viſum, vt, Senecam ſequuti, ἀτμὸν halitum, ἀναθυμίασιν vaporem interpretemur. Habitus quoque appellatione ſicubi pro corporea animalis mole (quod corpus quoque Latinè dici non ignoro) non vſus videbor: non eſt quòd magnopere quiſquam miretur, cùm ἕξεως quoque vocabulum Galenus eodem modo nouet: quo

etiam

etiam adeò sæpè vtimur, vt non abs re fortasse sit ita & vertisse, et monuisse. Iã symptomate, & phlegmone Græcis vtimur: Illo quidem pro innaturali quopiam affectu, quod morbos succedit: videlicet ne si accidentis vocabulo pro eo vteremur, non haberemus quod συμβεβηκὸς propriè referret posteriore verò quoniã inflammationem (quod pro eo Celsum posuisse scio) pro phlogosi aptius ponendum censui. Apotherapiam autem & symmetriam, sicuti alia quædam, ob Latinarum vocum desiderium, Horatij consilio, & bonorũ exemplo, pro Latinis recipimus.

Hæc sunt eruditißime lector, quæ à te, ne rudiori fortasse imponerem, petere, impetrareq́; volui. Vale.

Admonendus candidus lector est, vbi in hoc volumine verba aliqua huiuscemodi notis [ ] intercepta sunt, significare ea iudicio interpretis addita esse: quæ in Græco exemplari quod vnicum habebat, omnino deesse suspicabatur.



CLAVDII GALENI DE SANITATE TVENDA LIBER PRIMVS, THOMA LINACRO ANGLO INTERPRETE.

Quæ in primo libro de tuenda sanitate pertractantur.

Quid est sanitas, atque illius generalis descriptio.

Corpus animalis aßiduè alterari, atque idcirco artem requiri, quæ illius lapsum à naturali habitu emendet.

Corpora ideò alimento indigere, quòd semper aliquid ex eorum substantia defluit.

Quòd necesse sit ex alimentis excrementa etiam aliqua gigni.

Vbi nequaquam, vel non rectè euacuantur corporis excrementa, necessariò animal ægrotare.

Sanitatem non rem esse indiuiduam, sed latitudinem quandam poßidere.

Quid de quorundam veterum opinione sentiendum sit, qui omnes homines perpetuò ægrotare censebant.

De optima corporis constitutione.

Quo

Quo pacto quis regere debeat corpus optimè constitutum.

Qua ratione infantes ab ipso statim ortu, vsque ad ætatem adolescentiæ regi debeant.



VVM VNA SIT ARS, quæ corpori hominis tuendo dicata sit, vt alibi à nobis ostensum est: eius primæ, ac maximæ partes sunt duæ, quarum alteram † sanitatis tuendæ, alteram * morbi profligandi facultatem appelles. Earum contraria inter se officia sunt: siquidem illi tueri, huic immutare statum corporis, est propositum. Quoniam autem & dignitate, & tempore sanitas morbum præcedit, vtique & nobis quemadmodum hæc seruanda sit, prius tractare conueniet: pòst autem, quo pacto commodissimè morbus sit abigendus. Vtriusque facultatis inueniendæ communis ratio est, vt, quid'nam ea corporis affectio sit, quæ sanitas dicitur, liquidò constet: quandoquidem nec præsentem seruare, nec amissam restituere, si eam penitus ignores, licet. Scripsimus de hoc alibi, ostendimusque, similarium quas vocant, partium sanitatem, calidi, frigidi, & sicci sym-

† ὑγιεινὸν

* θεραπευτικόν.

met

metriam, id eſt, cõuenientiã inter ſe quandam eſſe: Inſtrumẽtalium verò, ex ſimilarium ipſarũ cõpoſitione, numero, magnitudine, figuraq́; conſtare. Quare quiſquis hæc cõmodè tueri poſsit, optimus ſanitatis cuſtos fuerit. Tuebitur hæc qui modos omnes, quibus vitiãtur, cõpertos priùs habuerit. Sicuti enim, ſi impatibile nobis, nec vlli affectioni obnoxium corpus eſſet, nullam deſideraret artẽ, quæ eius tutelæ præeſſet: ita nunc quũ numeroſiſsimis affectibus expoſitũ ſit, certã ſibi depoſcit artẽ, quæ & omnia eius incõmoda perſpicere, & ipſum ab iis tueri poſsit. Sanè quæ corpus noſtrũ lædunt, corrumpuntq́;, ea ſunt genere duplicia: altera nobiſcũ cõgenita, & quæ vitare nequeas, quæq́; ex ipſis generationis principiis, veluti radice oriuntur: altera, quæ & declinare poſsis, & orta à nobis non ſunt, quæ tamen non minùs quàm illa corpus noſtrum cõficiunt: quorũ vtraque iam ſeorſum diſtinguemus. Sanguis, ſemẽq́; genitale generationis noſtræ primordia ſunt: ille ceu materies quædã apta, concinnaq́;, & opifici ad quiduis ſequax: hoc, opificis rationẽ obtinens. Conſtat horum vtrunq; ex iiſdem genere elementis, humido, ſicco, calido & frigido: aut, ſi mauis ab eſſentia ſumptis nominibus, quàm à

qu

qualitate nominaſſe, aqua, terra, igni & aëre: ſic enim, demonſtratum nobis eſt in eo libro, quem de elementis ex Hippocratis ſententia ſcripſimus. Diſsident hæc inter ſeipſa temperamenti mẽſura: ſiquidem in ſemine plus eſt igneæ ſubſtantiæ, atque aëreæ: in ſanguine, aqueæ, terreæq́;. Quãquam præpolleat in hoc quoq;, & calidum frigido, & humidum ſicco. Eoq́; fit, vt non ſiccus ſicut oſſa, pilúsve, ſed humidus meritò dicatur. At ſemẽ ſanguine ſiccius quidem eſt: cæterũ ipſum quoq; humidũ, fluxileq́; eſt. Atq; ita nobis vtrinq; ex humida ſubſtãtia genituræ origo proficiſcitur. hanc tamen humidam ſeruari non erat, ſi modo ex ea nerui, arteriæ, venæ, oſſa, cartilagines, mẽbranulæ, & alia id genus fieri deberent. Ergo ſtatim in generationis initio, cõiectum copioſius oportuit elementum id, quod ſiccãdi vim haberet: eſt verò id natura quidem maximè ignis, ſed tamẽ & terra: eſt enim ea quoq; res ſicca: verùm huius plus immiſceri principiis non erat, ſi modò hæc humida erãt futura. Ignis certè quominus plus ſit admiſtum, nec obſtat quicquam: & ſanè admiſtũ eſt tãto planè plus in vtroq; principio, quantum nec iam torreat, vrátve, & tamen abundè ſiccet. Quippe etiam tãtus calor adhibitus agili-

tatẽ præſtare ad motiones ſat erat. Ab hoc igitur primùm cogitur, paulumq́; concreſcit, quod in vtero cõceptũ eſt: mox ſiccius redditũ, veluti lineamenta quædã, & rudimenta cuiuſque membri obtinet. Vlterius verò etiã ſicceſcens, non lineamenta rudimentáve modò, ſed etiam exactam vniuſcuiuſq; ſpeciẽ oſtendit. Iam verò in lucem editum, & magnitudine proficit, & tum ſiccius, tum valentius ſemper efficitur, donec ad ſummũ incrementum (ἀκμὴν Græci vocant) ſit peruentum. Tum verò & incrementũ omne ſiſtitur, oſsibus nimirũ ipſis per ſiccitatem nõ vltra ſequacibus: & ſanguinis, ſpiritusq́; vaſa, ſpiritus ipſius flatu in latũ aguntur: cuncta deniq; mẽbra non ſolùm robuſta fiũt, ſed etiã vires ſuas ſummas obtinent. In eo verò quod ſequitur tẽpore, omnibus iam partibus ſupra iuſtum ſicceſcentibus, nõ ſolùm cuiuſq; officium minus probè adminiſtratur, ſed etiã corpus ipſum macilentius, graciliusq́; quàm antè, redditur. Ergo vltra ſiccatũ, nõ macilentius modò, verũ etiã rugoſum efficitur. Artus quoq; ipſi inualidi, atque ad motus ſuos incerti, incõſtantesq́; probãtur. Affectio hæc [in animalibus] ſeniũ appellatur, ei quæ in ſtirpibus αὔανσις græcè dicitur, proportione reſpondens. Eſt enim, & illa

ſtir

ſtirpis ſeniũ, ſiccitatis exceſſu proueniens. Vna igitur hæc eſt omni genito corpori corruptelæ, interitusq́; cõnata neceſsitas. Altera eſt, quæ etiã in animalibus præcipuè cernitur, totius ſubſtãtiæ fluor, quem inſitus calor excitat. Hæc itaq; incõmoda nullũ,quod genitũ ſit, corpus effugere poteſt:reliqua quæ hæc ſequũtur,prouidẽtia, cõcilioq́; certè poteſt. Porrò his quoq; nõ aliunde origo eſt,quàm ex ipſis iam dictis incõmodis corrigendis, atque ſarciendis. Nam quũ tota moles animaliũ in perpetuo fluore ſit,ni ſimilis altera ſubſtantia pro ea quæ defluxit,reſtituta ſit,euaporabitur certè,atque diſsipabitur vniuerſa. Quò factum arbitror, vt natura nõ animalibus modò,verumetiam ſtirpibus, inſitas quaſdam vires deficientis,ac deſiderati ſemper appetentes,ab initio ſtatim dederit. Non enim,veſci,bibere,aut reſpirare à quoquã vſquam diſcimus,ſed ſtatim à principio facultates nobis habemus,quę hæc omnia citra docentem perficiant. Cibo igitur quicquid ſiccioris ſubſtantiæ effluxit,reſtituimus:potione quicquid humidioris, atque ad priſtinam ita ſymmetriam ambo reducimus.Ita verò & aëreæ,igneæq́; ſubſtantiæ modum,reſpiratu,arteriarumq́; pulſu tuemur.De quibus omnibus etiã ſingula-

tim dictum nobis in aliis voluminibus eſt: nec à præſenti diſputatione alienũ cenſemus, vt quæ ibi demonſtrata ſunt, ad ſanitatis tuẽdæ artẽ hypotheſeos loco poſitis, ſic quæ deinceps ſunt, aggrediamur. Quũ enim quotidie propter inſitum ipſis calorem, cunctis animalibus nonnulla ſubſtantiæ portio defluit, nec eſt aliter huius iuſtũ ſeruaſſe modum, quàm cibi, potionis, reſpirationis, & arteriarum motus ope: neceſſe [4] eſt ex his cõtrahi excrementorum prouentum. Nam ſi quale erat ipſum quod effluxit, tale prorſus adiungere agglutinareq́; ei per totũ liceret, optimum id, ſaluberrimumq́; planè eſſet. Verùm vbi quod ſingulis particulis defluit, tale natura eſt, qualis ipſa eſt particula, nihil autẽ eorum quæ edũtur, bibuntúrve, eiuſmodi prorſus eſt, neceſſariũ naturæ fuit, prius ea mutare, & concoquere, & quàm fieri maximè potuit, efficere corpori alendo, reſtituendoq́; ſimilia. In quo opere ſi quid nec cõfectum, nec prorſus aſsimilatum eſt, id corpori nec adnaſcitur, accreſcítve, & per ipſius laxiora intus ſpatia tanquam ſuperuacaneũ errat, vnde nomen quoq; rectè à maioribus ei rei περίττωμα gręcè eſt inditum. Quum igitur eſſe, bibereq́; neceſſaria animantibus ſint, has autem res ſubſequitur excre-

men

mentorum generatio, natura non solùm ipsis excernendis excludendisq; instrumẽta instituit verumetiam instrumentis ipsis facultates inseruit, quibus incitata, quædã ad se trahunt, *quædam aliis trãsmittunt, quædam excrementa expellunt. Porrò hęc quò corpus semper mundum, atq; excrementis vacuũ seruetur, nec obstrui aliquatenus, nec ad proprias functiones imbecilla esse oportet. Atq; ita geminum iam scopũ salubris victus, sermo noster exposuit: alterum eius, quod exhaustum est, reficiẽdi alterum excrementa expellẽdi. Tertius nanq; qui huc spectat, ne animal præproperè senescat, duos iam dictos necessariò comitatur. Si enim in neutro sit erratum, nec quod exhaustum est restituendo, nec excrementis expellendis, & sanitate interim corpus fruetur, & vigoris tenorẽ quàm longissimè seruabit. Verùm de hoc posteà procedente sermone dicetur. Nunc quod reliquum est eorũ, quæ ab initio disserere proposuimus: *adiiciã: quò sanitatis tuendæ scopos, quot, qualesq; sint, clariùs distinguam. Illud arbitror, iam diximus: Si corpus nostrũ impatibile, omnisq; affectionis expers esset, sicut adamas, aut quiduis id genus, minimè artem vllam require-

*In græ. cod. impreßis desideratur τὰ δὲ πέττει quædam concoquunt, quod habetur in antiquis.

*Mendosè legitur in græ. cod. impreßis καταθῶσομεν. i. de-

ponã, pro προθῶμεν vt est in antiquis.

ret, quæ ei tuendo præsideret. Sed quoniã duplices corruptionis causas, alteras internas, & à se, alteras extrinsecus incidētes habet: necesse est curã, prouidentiamq; non paruam desideret. Et ex se quidē duplici ratione cōsumi corpus indicauimus: vna, quòd vel ætatis cursu, vel assiduo substantiæ fluore, ad interitũ tendat: altera, quæ vtique esum, potionemq; cōsequitur, ipso excrementorum prouētu, atque ex se quidem ita corrumpitur. Eorũ verò quæ extrinsecus incidũt, vnum certè est, quod separari ab eo non potest, quodq; illi perpetuò, & (vt ita dicã) veluti connatum adhæret, aër ipse ambiens. Alia nec necessariò, & incertis tēporibus nobis accedunt. Ille (nempe qui circũfunditur aër) nos lædit, vel quòd calidos immodicè, vel quòd frigidos, vel quòd siccos, vel quòd humidos efficit. Hæc, quòd cōtundunt, quòd diuellunt, quòd vulnerant, vel quòd articulum aliquem loco mouēt. Oritur hoc loco logica quædam disputatio, quæ in vtramque partem rationes habet: aliis, horũ omniũ curam ad sanitatis tuendæ artem pertinere affirmantibus, aliis, eorum tantũ, quæ calefaciant, refrigerent, humectent, aut siccent. Non enim si qui collisu, vulnere, aut

Mendosè legitur in græc. cod. impreßis, βλάπτοντα, pro βλάπτον.

aut ſimili quopiam affectu, à naturali habitu ſit emotum, id ſtatim aut noſſe, aut declinaſſe, vllius eſſe artis munus. Ego verò de problematis id genus agendum mihi non ſtatui ſed, quod vtraque pars vltrò concedit, eo accepto, ad propoſitum reuertar. Illud ergo confeſſum vtrique arbitror, quæ vulnere, vel illiſu, vel ſimili aliqua ratione ſanitatem lædunt, aut corrumpunt, †omnibus eſſe nota: quæ calefaciendo, vel refrigerando, vel madefaciendo, vel ſiccando, non omnibus. Ergo ne nos quidem quicquam ab officio alienum feciſſe videbimur, ſi, quæ omnibus nota ſunt, prætermiſsis, ad ea quæ paucorum nota ſunt, potius vertamur: quando minimè propoſitum eſt, hoc ſaltem opere, ſophiſticos cauillos diluere, ſed potius quo pacto quis in valetudinem minimè incidat, docere Rurſus igitur ad propriũ initium ſermonem reuocemus, ac diligentius adhuc quæ pro hypotheſi ſunt habenda, commemoremus. Primùm ergo ad præſentium cõtemplationem, pro hypotheſi præſumptum eſto: Sanitatem non eſſe abſolutè elementorum, ex quibus conſtamus, aut medium temperamentum (quam eucraſiam vocant) aut debitã conuenientiam, quam ſymmetriam appel-

† *Mendosè legitur in græc. cod. impreßis,* ἅπαντα τοῖς ἀνθρώποις, *pro* ἅπασιν ἀνθρώπῳ

lant,quemadmodũ omnibus ferè, qui ante nos ſcripſerunt,viſum eſt:ſed eã duntaxat,quæ ſimilariũ eſt partium,vt alibi demonſtrauimus. Secundo loco illud quoque,quod alibi non minus demonſtrauimus præſumptũ pro hypotheſi eſto:nempe inſtrumentaliũ ſanitatẽ in figura,numero,magnitudine,ac cõpoſitione ſimilarium cõſiſtere. Tertio functionibus ſecundũ naturã obeundis,ſanitatis habitum diſcerni.Poſtremò,ſanitatẽ quandã optimam eſſe,&(vt ſic dicam)conſummatam atque ſummam,quandã ceu deficientẽ ab hac, nec planè abſolutam, perfectámve, atque hanc etiã latitudinem habere non paruam. Hæc quoque pro hypotheſi hoc loco ſint,quæ alibi nobis certiſsimis rationibus iam firmata,nũc quoque nihilo ſecius ſunt demonſtranda. Maximè verò velim,qui his ſtudere voluerit, eum librũ legat,in quo illud inueſtigamus:cuius artis pars ſit ea,quæ ſanitatis tuendæ curam profitetur.Is liber inſcriptus Thraſybulus eſt.Præterea eum quẽ de optimo corporis noſtri Statu ſcripſimus.item quẽ de Euexia,id eſt bono corporis habitu. Sunt hi breues ambo libelli,quos ſi perlegerit,qui ad hæc accedet,facillimè cõſequetur quæ mox dicentur.Dictũ iam nobis eſt priùs,

etiam

etiam eum librũ,qui de Elementis,ſecundum Hippocratem,inſcriptus eſt,neceſſarium ad præſentem diſputationem eſſe. Quod opus ſequuntur, tum id, quod de optima corporis Cõſtitutione,tũ id,quod de Euexia cõſcripſimus. Ab his hypotheſibus veluti fundamentis operis iactis,hinc alicunde ſanitatis tuendæ tractatio incipienda erit. Quũ ſanitas ſymmetria quædam ſit,ſymmetria omnis duplici ratione non ſolũ perficitur:ſed etiam dicitur,aliâs quæ ad ſummum peruenit, & verè prorſuſque ſymmetria eſt:aliâs quæ ab huius abſolutione perfectioneque paulũ deficit: vtique & ſanitas ſymmetria duplex quædam fuerit:hæc quidem exacta, optima,abſoluta,& ſumma: illa paulò ab hac deficiens,non tamẽ eatenus,vt animali ſit grauis. Exiſtit & hoc loco logica potiùs, quàm ex vſu artis dubitatio quædam,negantibus quibuſdã alium alio magis eſſe ſanum,aut eſſe eius affectus quam ſanitatem dicimus,notabilem vllã latitudinem, †ſed vnicam eſſe eã affirmantibus,& quæ ad vnguem ſit exacta,nec maioris,minoriſque ratione diuidua. Mihi verò ſicuti album corpus aliud magis, aliud minùs album cernitur:ita & quod ſanũ dicimus, magis,minusq; tale eſſe videtur. Cuius rei

†Mendosè legitur in græc.codi. impreßis ἀλλ' ἄρ, pro ἀλλ' ἓν

duplex demonstratio est: Vna, quæ ex ea mutatione accipitur, quæ per ætatũ vices cernitur. Posteà nanque quàm editum animal in lucem est, perpetuò mutari eius temperamentum (vt antè proposuimus) est necesse. Quare si in temperamenti qualitate sanitas constituitur, qualitas autem ipsa non permanet eadem, nec ipsam sanitatem eandẽ seruari est posibile. Altera non minùs euidens demonstratio, ab ipsa sumitur actionis differentia. Si quidem nec qui sani sunt omnes oculis, æquè cernunt, sed alij perspicacius, alij obtusius: nec auribus pari modo audiunt, imò hîc quoque magna est in excessu defectuque diuersitas: sed nec pedibus similiter currunt, nec manibus apprehendunt, nec reliquorum denique membrorum munia similiter obeunt: sed hic probius, ille deterius. Si itaque actionum diuersitas, pro temperamenti modo respõdet, cogit planè ratio, vt totidem sint temperamentorum diuersitates, quot sunt functionum differẽtiæ. Quòd si quis κατασκευῶν, id est constitutionum, vel statuum potius, quàm temperamentorum dicendum putat, quò vtique in omnem sectam ratio quadret, ita nimirum colligat, licet: Sanitas omni

fe

ſectæ ſymmetria quædam eſt: nobis calidi, frigidi, humidi, ſicci, aliis, corpuſculorum, & meatuum quos ὄγκους καὶ πόρους græcè vocãt: aliis, inſectilium, vel incompactilium, vel partium † diſsimilarium ſimilariúmve, vel denique primorũ elementorum cuiuſcunque: ſed ſecũdum cuiuſq; ſectæ opinionem, pro ipſorũ modo, mẽbrorum noſtrorum actiones reddimus. Si itaque varia eduntur opera, vtique varia eſt & elemẽtorum in ſingulis ſymmetria, quam eſſe ſanitatem ſuprà propoſuimus. Quin & citra omnem elementi mentionem, hoc pacto colligas licet: Si membrorum conſtitutioni functiones ſuæ reſpondent, quotquot harum varietates dabuntur, totidem nimirum & conſtitutiones erunt, atqui reſpondent conſtitutionibus opera, erunt ergo, neceſſe eſt, tot conſtitutionum diſcrimina, quot ſunt functionum differentiæ: ſunt verò hæ numeroſæ, quare erunt & conſtitutiones [hæ equè multæ.] Si ergo omnium qui ſani ſunt, membrorum conſtitutio in ſymmetria conſiſtit, conſtitutiones autem ipſæ variæ ſunt, quandoquidem functiones ſunt variæ, vtique multæ, variæque ipſarum conſtitutionum ſymmetriæ erunt.

† Mendosè legitur in græc. cod. impreßis. ἀμερῶν, pro ἀνομερῶν.

†Qua

† Quare etiam sanitates multæ variæque, [nō ipsa communi omnium forma, vnde dictæ sanitates sunt, sed maioris, minorisque ratione inter se dissidentes]. Sicuti enim niuis candor, ab eo qui in lacte visitur quatenus cādor est, non dissidet, maioris* minorisque ratione dissidet: ita & Achillis, verbi gratia, sanitas, ab ipsa quæ in Thersite est, quatenus sanitas, non differt, sed est cum ipsa eadem: altero quopiā ab ea differt. Id verò alterum, aliud planè nihil est, quàm maioris, minorisque ratio.

† In græcis codi. impreßis legitur καὶ μὴν εἰ διαφέρουσιν ἀλλήλων αἱ κατὰ μέρος ὑγίειαι, ἤτοι κατὰ τὸ κοινὸν ἁπάσαις εἶδος ἀφ' οὗπερ ὑγίειαι λέγονται διοίσουσιν, ἢ κατὰ τὸ μᾶλλόν τι καὶ ἧττον ἀλλήλων διαφέρουσιν, deest autem in impressis reliquum istius sententiæ: quæ verba in veteri græco codi. adyciuntur sic: ἀλλὰ μὴν οὐ κατὰ τὸ κοινὸν εἶδος ἀδιάφοροι γάρ εἰσιν αἱ ὑγίειαι, κατὰ τὸ μᾶλλον ἄρα καὶ ἧττον ἀλλήλων διαφέρουσιν, vt locus ita vertendus sit. Atqui si inuicem differunt particulatim sanitates, vel per formam omnibus communem distant, ob quam sanitates appellantur: vel per magis, & minus inter se differunt. Cæterū per communem formam nequaquam: nullam enim differentiam inuicem habent sanitates. Igitur per magis, & minus inuicem differunt. Prima autem verba καὶ μὴν, In Aldino mendosè leguntur καὶ μὴ, quam lectionem secutus est interpres.

** In græcis impreßis desideratur καὶ ἧττον, quod habetur in antiquis.*

Ne

Neque enim eſt quod quiſquam dicat, non edi ab omnibus hominibus varias actiones, neque aliunde diſsimilitudinem hanc naſci, quàm ex ipſa conſtitutione, vnde actio proficiſcitur. Quòd ſi quis eos duntaxat ſanos eſſe contendat, quorum ſingula membra functiones ſuas obeunt abſolutiſsimè, cæteros, qui minùs probè ſint affecti, nō eſſe ſanos, ſciat is ſe vniuerſæ tractationis, quæ de ſanitate tuēda inſtituitur, fundamentū ſubuertere. Si enim huic propoſitum eſt ſeruare, tuerique eam quā ab initio accepit ſanitatē (nemo autē noſtrûm ſanus eſt) luce clarius fit, inutilē irritamque fore, quam nunc de ſanitate tuēda artē inſtituimus. Itaque nec quærēda nobis talis vlla eſt, ſed planè ſilētio prætereūda, ſermoque iamiā finiēdus. Omnes ergo eiuſmodi difficultates, ſubmouet ipſius veritatis cognitio. Non enim abſoluta ipſa tantū, quæ inſectilis eſt, ſimul eſt, & dicitur ſanitas, verū etiā quæ ab hac deficit: modò tamē vſibus noſtris adhuc non ſit inepta. Quippe ſanitatē omnes requirimus, tum ad vitæ functiones, quas planè morbi impediūt, atque auferūt: tum verò, vt moleſtia careamus, angimur enim doloribus non leuiter. Eā verò corporis conſtitutionem, in qua nec doloribus cruciamur,

mur, nec in vitæ actionibus impedimur, ſanitatem appellamus: quã ſi quis alio nomine appellare malit, nihilo plus ex ea re cõſequetur: ſicut nec qui ἀειπάθειαν, id eſt perpetuam inualetudinẽ inuehunt. Quippe ſi hanc propterea inueherẽt, quòd omne genitum corpus, ſicuti geniturę, ſic etiã interitus cauſas, ab initio ſecũ natas habet, ſicuti à nobis antè demõſtratũ eſt, vtiq; laudati à nobis eſſent, tanquã & vera, & antiqua dogmata profeſsi. Nunc, quũ iuxta ſanorum ægrotãtiumq; corporũ cõſtitutiones eaſdem eſſe ſpecie decernunt nec autores laudo, nec placitũ probo: quũ longè melius exiſtimem, ſatis amplã latitudinẽ ſanitati tribuere, quàm omnes homines perpetuò vrgentibus morbis premi. Qui, etſi eſſe in nobis omnium morborũ ſemina dicant: tamen fatentur ipſi, ea tam eſſe parua, vt ſenſum noſtrum omnino effugiant. Eſto igitur, ſi velint, doloris quiſpiã in nobis affectus, verũ tam exiguus, inſenſibilisq;, vt minimè officiat. Sunto (ſi libet) & febres, ſed adeò leues, vt neque ſenſum ſui vllum afferant, liceatq; per eas, & negotiis publicis, priuatisq; perfungi, & balneo vti, eſſeq; & bibere ac reliqua, quæ opus ſunt, peragere. Quippe facultas ad neceſſarios vſus minimè impedita, ſanita-

tem

tem potius determinat. Nõ enim functionum imbecillitas morbi ſtatim nota eſt, abſolutè ita, citraq́; exceptionẽ loquenti, niſi adiectũ ſit, quæ præter naturã cuiuſq; ſit. Si quidẽ omnes (arbitror) & cernimus malè, ſi cũ aquilis, & lynce comparemur: & confusè, oblæſeq́; audimus, ſi cũ Melãpode: & pedibus parum valemus, ſi cũ Iphiclo: & manibus, ſi cum Milone cõferamur: quouis denique membro propè mutili videamur, ſi cũ iis qui hoc ipſo maximè valent, cõparemur. Quis igitur noſtrũ ſe nõ probè oculatũ exiſtimet, ſi formicas duũ ſtadiorum interuallo nõ cernat? Aut quis auritum ſe parũ rectè putet, ſi, quod ſexaginta ſtadiis abeſt, nõ exaudiat? At ſi quis literas hac pagella deſcriptas, rectè nõ cernat, is iã oculos meritò accuſet: non tamẽ ſi quatuor has ipſas cubitis abiunctas non peruideat: niſi fortè ea priùs oculorũ acie fuit, qua vel has cerneret. Sic enim (arbitror) accuſet, dicatq́; meritò quod omnibꝰ hominibꝰ dici aſſolet: nẽpe hoc prius feciſſe, nũc idẽ facere nõ poſſe: hũc enim morbo aliquo teneri dicemus, ſiquidẽ ſenectutis vitio imbecillitas ea nõ incidit: quãuis ſũt qui ſenectutẽ quoq; ipſam morbũ eſſe velint. Cęteros qbꝰ natura nõ dedit, vt acutè videant, aut audiãt, aut celeriter currãt,

aut

aut alia id genus validè,ſtrenueq; obeāt, neque morbo teneri,neque in totum præter naturam ſe habere cenſebimus:Omnis ſiquidem morbus præter naturam eſt,hi ſe præter naturam planè nō habēt,ſicuti nec ſenes.Non igitur abſolutè citraq; exceptionem ſanos,ægroſq; functionū firmitate,infirmitateq; iudicandum: ſed ſanis verba illa,ſecundū naturā:ægris illa,præter naturā,adiici oportebit:vt ſit nimirū ſanitas affectio naturalis actionem perficiens,contrà,morbus affectio præter naturam actionem impediens. Neque enim ſi affectus ſecūdū naturā ſe habeat, cōtinuò etiam ſanitas exiſtit. Eſt enim affectus ſecundū naturā, tum Aegyptiorū nigritia, tum Gallorum candor,tum Scytharū rufus color:quorum tamē nullū eſt ſanitas, quum ea omnino in colore non conſiſtat. Neque,ſi præter naturam ſe habeat, protinus morbus eſt:quādo ita vel ex ſole nigritia,vel ex diutina vmbratili conſuetudine,cōtractus candor,morbus ſit:ſed adieciſſe oportet ſanitatis notioni,quòd cauſæ rationē ad aliquod opus edendū obtineat :morbi verò notioni, quòd actioni incommodet.Verùm de his alibi dictū à nobis locupletiùs eſt,ad præſentē diſputationem illud ſolū ſumpſiſſe ſufficiat,per-

magnam ſanitatis latitudinem eſſe, nec eã in omnibus nobis æqualiter prorſus ineſſe. Quòd ſi cui violẽtũ appareat εὐκρασίας, id eſt medii temperamẽti nomine cẽſeri, quod medio ad vnguem tẽperamento nõ ſit: is, quæſo, reliquorũ in vita nominum vſum ad memoriam reuocet, vbi & potionem, & balneũ, εὔκρατον hoc eſt, temperatũ dicimus, nõ ſolùm quum alterum huic, alterum illi tale eſt, ſed etiam quum ad eundem hominem in latitudine tale eſt. Nam ſi auerſo paululũ qui biberit, iniecerit quis in calicem calidæ, frigidæ've exiguũ, nullam mediocris temperamenti mutationẽ deprehendet. Atqui ſi quod tẽperatum eſt ita exigis ad vnguem, vt omnino indiuiſibile inſectileq; ſit: haudquaquam iniecto vel calidæ vel gelidæ minimo, temperatũ eſſe videbitur. Ad eùndem modum, neque ſi quis in natationem temperatã, frigidæ puſillũ iniecerit, vtilitatem eius protinus corruperit. Quin ambientem quoque nos aërem temperatum dicimus, etiam ſi in alterutram partẽ paululũ ſit propenſus. Deniq; quid miri, ſi εὐκρασίαν in ſatis amplam latitudinem extẽdũt vniuerſi? quãdo & in lyris conſonantiã ipſam, quæ ſumma exactiſsimaq; ſit, vnicã atq; inſectilẽ eſſe probabile ſit, quę in vſus hominũ veniat, certè

latitudinē habeat. Sæpe nanq; quam percōmodè tēperasse videaris, alter superueniēs Musicus † exactè tēperauit. Siquidem nobis ad omnia vitæ* munia sensus vbiq; iudex est. Quare ipso etiā eucrasiā dyscrasianq; iudicabimus. Pari modo actionis vitium cuiusq; præter naturam suā malè habētis mēbri, nō antè morbū decernemus, quàm ad sensibilē magnitudinē peruenerit. Nec quicquā, vt ad rē propositā, ne hîc quidem referat, ipsam'ne læsam actionē, an affectū, cuius vitio læditur, morbū dixeris, sicuti nec siue quis affectionem, siue constitutionem appellasse malit. Dictum à nobis alibi & de his est, & simul euidētibus rationibus cōfirmatū, tū morbū, tum sanitatem in corporis affectione, cōstitutiōeq; cōsistere, minimè in actione, actionis've læsione. Cæterùm, ex horū morosa perpēsione, discussioneq;, parū vel ad valetudinē tuendā, vel ad morbū submouēdū iuuamur: quū illud modò nouisse satis sit, corporis cōstitutionē, quæ causæ rationē respectu actionis obtinet, vtriusq; facultatis scopum esse, & eius, quæ sanitatē tuendam, & eius, quæ morbum profligandum profitetur: quippe quum hāc, & pręsentem seruare, & amissam restituere, propositum nobis sit. Actiones verò cōstitutionē cor-

† *Aptius legitur in veteri ἀκριβέστερον id est, exactius.*

* *Mendosè legitur in græco impressis* χρεῖαν ꝑ χρείας.

por

poris neceſſariò ſequuntur eã, quæ proba eſt, inculpatæ probæq;: quæ cõtrà eſt, culpabiles, ac vitioſæ. Quare quoniã id, quod ope noſtra ſeruatur, reſtituiturq;, affectio quædam corporis, cõſtitutioq; eſt: eã verò ex neceſsitate functionũ ſequitur [bonitas.] Ad præſentem certè diſputationẽ parum attineat; functionũ'ne, an cõſtitutionũ in genere morbus ſanitasq; collocãda ſit, inquiras: id potius attinet, vt illud pro hypotheſi ſumẽtes, quòd in naturali corporis noſtri cõſtitutiõe illa ſeruãda maximè ſunt, quorũ beneficio functiões obeamus: ac illud memoria repetẽtes, ꝙ ſimilarium quidẽ partiũ eucraſia, [inſtrumẽtaliũ] forma, poſitura, numerus, & magnitudo functionũ ſunt cauſæ, prętereà quòd hæc omnia in latitudine quadã ſpectãtur: etiam in ſingulis hominibus ſeorſum, quæ reliqua ſunt, perſequamur. Ad quæ ſanè nõ paruã cõmoditatẽ affert latitudo horum proſpecta, nã quũ eucraſia duplex omnino ſit: altera, quæ in animãtiũ ſaltẽ corpore, cogitatione potius vſurpetur, quàm ſolidè ſubſiſtat: Altera, quæ in ſanis omnibus ſubſiſtit, atq; apparet. Hãc rurſus à nobis diuidi par eſt, quippe in qua nõ parua diuerſitas inuenietur, id quã ſit verũ, vel ex ipſis ætatibus maximè deprehendas. Quum enim

In græc. cod. deſideratur.

ad omnem volũtate susceptam actionem adolescentiũ ætas sit aptissima: infantium certè, senumq; minùs ad hãc est apta: propterea quòd illis humor, his siccitas, frigiditasq; nimis abundat. In aliis tamẽ functionibus, quas naturales appellamus, veluti auctione, cõcoctione, distributiõe, & nutritione infantes planè cæteris ętatibus lõgè præstãt. Neq; tamen eò secius oĩbus per oẽs ætates licet esse sanis. Ergo quẽadmodũ in ętatũ diuersitate se habet, ita etiã in naturalis habitus differẽtiis, immẽsum quantũ tẽperamẽtorũ discrimẽ inuenias: vt duorũ, exẽpli gratia, similis ætatis puerorũ, hũc altero lõgè humidiorẽ, illũ sicciorẽ, pari modo hunc calidiorẽ, illũ frigidiorẽ. Quibuscũq; igitur corporibus multò supra iustũ calidis, frigidis, humidis, aut siccis esse cõtingit, iis planè optima temperies nõ est. In quibus autẽ ab eo quod absolutissimè temperatũ est, diuersitas quædam intelligitur, minor tamẽ quã quæ sensu discerni possit, hæc certè quod ad vsum pertinet, pro absolutissimis accipimus, ita vt sanitatis, quã in latitudine cõtẽplamur, hæc quidem medii sit tẽperamẽti, nec vlli vitio obnoxia, quod saltem sensu percipiatur: hæc ceu intemperata vitioq; exposita. Huius sẽtẽtiæ euidẽtissima indicia sunt,

dis

diſcrimina:quæ in gracilibus corpulẽtisq; notãtur:quippe quorum cõtrarias habitudines ex contrariis tẽperamẽtis ortas eſſe neceſſe eſt.Sicuti igitur nec nimium gracile corpus probamus,nec quod valde eſt obeſum:ita nec temperamenta eorũ planè laudabimus,tametſi vtrunq; quammaximè ſanum eſſe cõſpicimus.Sed quę in medio horum habitudines ſunt,εὔσαρκοι græcis dictæ,ſicuti ipſæ debitam partium cõuenientiã,ſpeciemq́; inculpatã habent:ita id totũ cõueniẽtis,laudabilisq́;tẽperamẽti beneficio acceptũ ferũt.Tales ergo corporũ habitus,ſi veritatẽ ipſam ad vnguẽ exigas,abſoluta ſaltẽ,exactaq́; temperie, ne ipſos quidẽ tẽperatos dixeris.Verùm quod ſenſu iudicetur,atq; ad vſum ſit ſatis non inculpabiles ſolùm,ſed etiã optimos cenſueris.Sanè indiciũ euidẽs eſt,ne ipſos quidẽ exactiſsimũ temperamẽtũ conſecutos, ex eo ꝙ nunquã eodẽ ſtatu permaneãt,ſed primam ætatum ipſarũ mutationem recipiunt,nulla harũ eundẽ perpetuò tenorẽ ſeruãte,ſed ſemper ad ſiccius tendente alteram,quæ ſomni ac vigiliarum,quietis & motus,tum motus ipſius differentiarum; ad hæc bibendi,ſitiẽdi, edendi, eſuriendi, ciborũ potionisq́; copiæ,aut inopiæ, prætereà balnei,iracũdiæ,ſtudii, doloris,oĩm

talium occaſione proueniunt, quæ tãtùm nõ omni momento temperamentũ immutant. Quis igitur in tanta mutatione optimum vndecunq; temperamentũ inuenire ſe ſperet? quippe quod, ſi cui vnquã optima natura prædito cõtigit, certè ne momento quidem durauit. Adeò mihi ſanè admirari ſubit eorum opinionẽ, qui ſanitatẽ, eucraſianq; citra omnẽ latitudinẽ, vnicãq; eſſe cõtendũt: nec, ſi quid ab hac paulò diſceſſit, vtiq; ſanitatẽ eſſe. Qua nimirùm ſentẽtia ἀσπάθειαν obiter imprudẽtes inuehũt: diſputãtq; de re, aut nunquam planè viſã in animalis corpore, aut, ſi quãdo viſa eſt, ne minimum quidẽ tẽpus durante. His ergo quam ſomniant ſanitatẽ, ipſis ſeruandam linquimus: nos interim ad eas quæ in aperto ſunt, reuertimur. Quarum quũ duplicem ſtatuamus ſubſtantiã, [vnã de quã planè queri nõ ſit, alteram de quã queri liceat,] de qua modò verba fecimus, ſuum vtriq; ſcopum reddamus. Nẽpe ei quã inculpatam diximus, exactam, abſolutamq; planè, quod vtique ſenſu aduerti poſsit, cũſtodiam: alteri, de qua cõquerare, nõ exactam. Quippe intemperies, quæ intra ſanitatis sũt terminos, corrigere oportebit, ita vt quæ iuſto ſicciores natura ſunt, hũidiores reddas: quæ humidiores ſunt, ſicciores.

[*Hæc in græc. non habẽtur.*

Par

Pari modò, quæ frigidiores sunt, vt harum excessum castiges: quæ calidiores, earũ superantiã ad moderatius reuoces. Hæc, qua salubris victus ratione fiãt, procedẽte sermone docebimus. Priùs enim tradendum arbitror, quẽadmodũ optimæ naturæ conseruãda sit sanitas. Ante id verò, quæ'nam sit optima corporis cõstitutio, exponemus. Est igitur ea, si substantiam eius spectes, & quæ optimo tẽperamento sit, & quæ figuram partiũ egregiè ad functiones cõparatam habet: ad hæc, quæ omnẽ, tũ numerũ, tum magnitudinẽ, tum omniũ earũ inter se cõtextum ad actiones idoneũ exhibet. Si verò indicia, notasq; respicias, cuius corpus carnis mediocritatẽ præfert: porrò id tale est, quale inter gracile, & obesum, mediũ esse docuimus. Nec refert si pro obeso, corpulẽto've crassum dixeris. Idẽ reliquorũ quoq; excessuũ, in medio planè est situ, ita vt nec hirsutum id meritò dixeris, nec glabrum: sed nec molle, nec durũ, nec nigrũ, nec candidum, adde etiã nec† venis amplis, nec obscuris, nec iracundum, nec ignauum, nec somnolentũ, nec peruigilẽ, nec hebetem, nec callidum, nec in venerẽ pronum, nec à venere alienum. Quòd si omnibus quoque corporis partibus planè mediũ oĩs excessus teneat, pulcherrimum

† In græ. cod. impressis deest καὶ ἀνεύφλεβον, quod habetur in antiquis.

id visu nimirùm fuerit, vtpote symmetrō. Erit non minùs ad labores oēs planè idoneum, nec reliquis eucrasiæ: id est boni tēperamēti cuiusq; mēbri notis, quas in secūdo de tēperamentis retulimus, destitutū. Nā multos videas, quibus caput attemperatū cōmodè sit thorax vētérve, & quæ gignēdo tributæ partes sunt, parū prospera tēperie sint, quorundā verò in artubus intēperies est. Nō desunt, & quorū vnum aliquod viscerū, aut alia quæpiā particula, vna plurésve, interim verò plura aliqua viscera, parum salubri sint tēperamēto. Ego verò in vnica instrumētaliū partiū† intemperiē, idq; in nō paucis notaui, ita vt, verbi gratia, reliqua omnis vētriculi cōcauitas, vno temperamēto cōmodo, incōmodóve esset, alio ipsum dūtaxat vētriculi os. Cæterùm de iis, vbi de vitiosis corporū statibus disceptabimus, agetur. De optima verò, & cuius singulæ particulæ vniuersam substātiā inculpatā habent, nunc dicetur. Huius ergo sortis homo, quū arti sanitatis tuēdæ traditur educādus, fortunatus vtiq; sit, si statim editus in lucem ei cōmittatur. Ita nāq; ad animi quoq; affectus nonnihil lucrifaciet, ipsa nimirū ~~recta victus ratione, mores quoque probos reddente~~. Cæterùm si qua etiā sequētiū ætatū eius se mo-

der

† In græ. cod. impressus legitur δύο κράσεις, id est duo temperamēta, Sed in veteri habetur δυσκρασίας. & ita legit interpres.

derationi ſubmittat: ſic quoq; commoda ſentiet nõ mediocria. Sanè primùm dicetur, quemadmodũ (ſi huiuſcemodi hominem ab initio ſuſceperis) eundẽ per omnẽ 1 vitę curſum ſanũ cuſtodias, modò ne quid violẽtum extrinſecus illi incidat, id quod vtiq; ad ſanitatis tuendæ artificem parum attinet. Secũdo loco, quemadmodũ, ſi non 2 recẽs natũ puellum acceperis, ſed qui iam præceptoribus dari ſit habilis, eius quoque curã agas. Poſtremò admodum reliquarũ 3 ætatum, cuiuſlibet. Ergo recẽs is natus in- 10 fantulus, cuius corporis conſtitutio omni nota vacat, primùm quidẽ faſciis deligetur, ſed corpori priùs toti ſale modicè inſperſo, quo cutis eius dẽſior ſolidiorq; iis, quæ intus ſunt, partibus reddatũr. In vtero enim æquè cũ reliquis mollis erat: quum nec durius vllũ corpus inibi cõtigerit, nec aër illi vſquã frigidus inciderit, quorũ cõmercio cõtracta, denſataq;, & quàm ipſamet priùs, & quàm reliqua mẽbra, denſior duriorq; fieret. At quoniã iã editus infans in frigore, calore, atq; inter corpora multò ſe duriora verſetur neceſſe eſt, ob hæc ipſa, nimirùm naturale eius tegmẽ præparari quodãmodo à nobis, reddiq; ad indolentiã, & tolerãtiã, quàm aptiſsimũ par eſt. Ita verò qui ſecundum naturam ſe habent

infantes, vel solo sale præparati munitiq́; abũdè fuerint: quãdo qui siccorum myrti foliorũ, aut aliorum id genus inspersione egẽt, iis planè vitiosus status sit. Nobis verò ad præsens de iis qui optimo statu sunt, disserere propositũ est. Ergo hi fasciis (vt dictũ est) inuoluti, lacte pro alimẽto vtantur, & balneis salubriũ aquarũ. Vniuersam nãq; victus rationẽ humidã sibi adhiberi postulãt, vt qui cęteris ætatibus tẽperamẽto sint humidiore. Atq; ex iis, quæ ad sanorũ victus rationẽ sunt necessaria, primùm hoc se ad disquisitionẽ statim offert. Nam sunt qui humidiores naturas siccãdas semper putẽt: sicuti è diuerso quæ frigidiores sunt calfieri debere: madefieri quæ sicciores, frigefieri quæ calidiores. Quippe similibus quẽlibet excesũ augescere, cõtrariis remitti, ac minui, vnoq́, verbo, contraria cõtrariorũ esse remedia. Oportuit verò nõ id modò Hippo. legisse eos, meminisseq́;, sed & illa quoq; in quibus ait: †Humidam oẽm victus rationẽ febricitãtibus esse vtilẽ, præcipuè verò puellis, & iis qui tali refici victu sunt assueti. Videtur eñ in his tria deinceps pari inter se iure posuisse, morbũ ætatẽ, consuetudinẽ. Atq; à morbo quidẽ, cõtrarii adhibendi indicatione accipit, ab ætate, & cõsuetudine similiũ. Febri nanq;,

† In græc. codic. impressis legitur αἱ ὑγραὶ πᾶσαι δίαιται quã lectionem sequi

ceu

ceu morbo calido & ſicco, humida conueniũt. Puellis, vt quibus ea ætas nõ morbus, ſed ſecũdum naturã ſit, id maximè eſt vtile, quod planè eſt ſimillimũ. Pari modo cõſuetudini, vtpote quæ aſcititiam acquiſitiãq; naturã in corporibus gignit, cõtraria dediſſe imprimis eſt noxium: atq; hęc meritò. Quę enim corpora ſecundũ naturam ſe habẽt, iis ſeruari, cuſtodiriq; ſuũ habitum decet, quæ morbo aliquo premũtur: iis cõtrà alterari, & ad contrariũ habitum trahi expedit: ac ſeruatur quidẽ ſimilibus vnumquodq; alteratur cõtrariis. Haudquaquàm itaq; ſiccãdi pueri ſunt (ſi modò in his nulla pręter naturã humiditas ſubeſt: qualis in raucedine, diſtillatione, catharroq; cõſpicitur) ſed pro naturæ ratione alẽdi, ac dulciũ aquarũ balneis humectãdi (quę enim medicam vim aliquã præ ſe ferũt, omnes planè ſiccãt, veluti quę ſulphuris aliquid, bituminis, aluminiſve repræſentant) tum cibo eo, potioneq; nutriẽdi, qui humidæ quàm maximè naturæ ſint. Ad hunc modum & natura ipſa pueris cõſuluit, & lac matris in humentis alimenti vſum præparauit. Atque optimum quidem eſt etiam reliquis fortaſſe omnibus infantibus ipſum lac matris, modò nullo morbo ſit corruptũ: maximè verò ei qui optimo eſt temperamento, de

tur interpres. Sed in veteri codice locus Hipp. rectius citatur αἱ ὑγραὶ δίαιται πᾶσι τοῖς πυρεταίνουσι, id eſt: humidæ victus rationes omnibus febricitantibus.

quo nunc ſermo inſtituitur, quippe cuius maternũ nõ corpus modò totũ, ſed etiã lac à vitio eſſe alienum, nõ ſit abſimile. Ac ſanguine quidẽ dũ adhuc in vtero geſtamur, ali nos cõſtat: ex ſanguine verò lac gignitur, exiguã in mamillis mutationem adeptũ. Quare qui matris lacte pueri aluntur, ij iam nõ ſolùm cõſueto, verũetiam maximè proprio vtuntur alimẽto. Videtur autẽ nõ modò nutrimentum id natura infantibus præparaſſe, verumetiã facultates quaſdam naturales, quibus eo vtãtur, ab initio protinus cõtuliſſe: quãdo ſi modo natis papillã ſtatim in os inſeras, & ſugũt lac ipſũ, & deglutiũt prõptiſsimè. Quin ſicubi fortè offendũtur, plorántve, nõ minimum iis doloris lenimẽ eſt, nutricis papilla ori indita. Quippe tria hęc doloribus infantium remedia nutricibus ipſo vſu edoctis inuẽta videmus: vnũ, quod modò retulimus, & altera duo, motum mediocrẽ, & vocis modulationem. Quibus perpetuò vſæ, nõ ſolùm mitigãt, ſed etiã ſomnum cõciliãt, vel hoc ipſo teſtificãte natura, ad muſicã eos, & exercitia ſuopte ingenio eſſe propẽſos. Adeò quiſquis his artibus probè vti ſciet: is nimirũ & corpus, & animũ optimè inſtituet. Nutricibus igitur triplex infantibus excogitata dimotio eſt, in cunis, in lectulis

pen

pendẽtibus, in suis ipsarum vlnis. Vbi iam hoc aliud quoque nobis æstimandum oritur, ad sanitatis tutelam vel imprimis necessariũ: quum Asclepiades planè aperteq; exercitationes dãnet: Erasistratus verecundius, timidiusq; decernat, cæterùm idẽ cũ Asclepiade sentiat. Reliqui ferè medici nõ solùm ad euexian, id est bonã corporis habitudinem, sed etiã ad sanitatẽ eas prædicent. Porrò exercitationũ tria saltẽ prima notantur genera, vtiq; quot motionũ differentiæ: quippe aut à nobis ipsis mouemur, aut ab aliis, aut medicamento: horũ tamen tertia species ad sanos nequaquã pertinet. Sed qui ab altero præstatur motus, nauigando, æquitando, vehendo, atq;, vt paulò antè dictum est, in cunis, lectulis vlnisq; obitur. Recens tamẽ nati puelli, tam valentẽ motũ quàm est qui vehiculis, nauigiis, equísve præstatur, adhuc nõ desiderant. At qui iam tertiũ, aut quartũ annũ agunt, his vehiculo, nauigioq; modicè agitari licet. Septẽnes verò etiã valentiora exercitia tolerant, ita vt equitare iam assuescãt. Per se verò moueri tum primũ pueris licet, quũ iam repere cœperũt, magisq; etiã quũ ingredi. Immaturè verò, cogẽdi omnino nõ sunt, ne crura eorũ pondere vitiẽtur. Sanè vel hac ętate facilè declaratur quãta sit na-

tur

turæ noſtræ cũ exercitiis ſocietas: quũ pueros, nec ſi cõcluſeris loco aliquo, prohibeas quo minùs diſcurrãt, ac pullorũ vitulorũq; ritu laſciuiãt. Quippe ſua cuiq; animãti natura ſatis eſt ad proprias, cõuenientesq; excitãdas appetitiones, quibus ſanitatem ſalutẽq; tueatur. Verũ Aſclepiades nihil horũ cogitans, per magnũ otiũ captiunculas texit, quibus docere conetur, nihil ad bonã valetudinẽ exercitia conferre. Verùm huic poſteà quod par eſt reſpondebitur, ceu garrulitate ad finẽ potiſsimũ taxãda. Eſt enim nobis hoc loco propoſitũ, nõ ſophiſtarum nugas refellere, ſed quod ad ſanitatẽ tuẽdã cõducat pręcipere. Itaq; ad infantes redeo, qui optimo corporis habitu ſunt, porrò his animi quoq; mores citra vitiũ eſſe par eſt. Qui enim iuſto ſunt ad irã magis procliues, aut animo planè demiſſo, aut ſenſiles magis, aut inſenſiles: aut præter modũ guloſi, hos parũ idoneo tẽperamento eſſe iis partibus, quibus prędictorũ ſingula adminiſtrant, neceſſe eſt, proditũ verò de his fuſiùs eſt in iis libris, quos de Hippoc. Platoniſq; placitis ſcripſimus. Verùm qui nunc propoſitus infans eſt, vndecũq; abſolutus eſt. Huius ergo, ſicut nullum ex animi moribus corrigere, ſic eoſdẽ ſeruare ne quo vitiẽtur, oportet. Seruatur verò quidq; iiſdẽ

pla

planè generibus quibus corrumpitur. Corrumpũtur animi mores praua cõſuetudine cuiuſq; horũ, cibi, potionis, exercitationis, vidẽdi, audiẽdi, totius deniq; muſices. Itaq; peritũ horũ omniũ eſſe eũ medicum oportet, qui ſanitatis tuẽdæ curã ſuſcipiet: nec ea opinione eſſe, quaſi ad ſolũ ſpectet philoſophũ animi mores effingere. Quippe huic ob aliud omnino maius, id muneris tribuitur, nempe animi ſanitatẽ: medico verò, ne corpus faciliùs in morbos dilabatur, quãdo iracũdia, fletꝰ, ira, triſtitia, cura immodica, & multę ſuper his vigilię, febres accẽdũt, ac grauiſsimis valetudinibus initia præbẽt: veluti è diuerſo cogitationis mẽtiſq́; ſegnitia, ac animus omnino deſes, decoloratos, atq; ex atrophia, id eſt nutriẽdi defectu, graciles, ob naturalis caloris imbecillitatem reddunt: hunc enim calorem præter cætera intra ſanitatis fines cuſtodire oportet: cuſtoditur autem modicis tum corporis, tum animi exercitiis. Qui nanq; motus modum non ſeruant, ſiue ii ex rationali, ſiue ex appetitoria, ſiue ex animoſa animi parte cientur, ſi modum nimium exceſſerint, bilioſum animans reddunt: ſi intra modum nimium ſubſiſtunt, pituitoſum, frigidumq́; efficiunt. Quinetiam priorem habitudinem febres, & qui ca-

lid

lidiores affectus ſunt:poſteriorẽ iecinoris & viſcerũ obſtructiones, comitiales morbi,apoplexiæ:in ſumma, diſtillationũ,fluxionũq; morbi plerunq; excipiunt.Et nos ægros quotãnis nõ paucos perſanauimus, ſolis animi motibus ad debitũ modum reuocatis.Eſt verò non ſpernẽdus huius ſententiæ teſtis, ipſum patrium nobis numen Aeſculapius, qui multas ſcribi cantilenas, mimoſq; ridicularũ rerũ fieri,& melodias quaſdã inſtituit iis, quibus vehementiores animoſæ partis motus, corporis temperamentũ iuſtò calidius efficerent. Aliis quibuſdã,neq; iis paucis,venari,equitare,atq; armatos exercitari iuſsit: iiſdemq; ſtatim tum motuũ ipſorũ ſpeciẽ,vtiq; quibus motus iniunxit, tum armorũ, quibus armatis exerceri præcepit,definiuit.Nõ enim quo pacto excitetur, erigaturq; animoſa pars, quũ imbecilla ſit,præcipere ſat habuit,niſi etiã menſuram eius ab exercitationũ idea definiret.Non enim pari modo excitatur ea animi portio, vbi cùm apris, vrſis, tauris, & aliis id genus præualentibus robore beluis agitãdis,ſumus attenti:& quũ leporem,capreã, & id genus fugacia ac timida ſectamur: nec ſimiliter quũ in leui armatura, & graui exercemur: nec pariter quũ citato curſu dimouemur,& quũ mediocri

mo

motu agimur: nec vbi cũ aliis cõtẽdimus, & vbi soli agimus: iam clamore, an tacitus ad labores inhorteris, irritesq́; nõ parũ sanè interest. Verũ de his latiùs dicetur in sequentibus. Sed infantes qui optimũ sortiti sunt tẽperamẽtũ (de his enim sermo erat) non leui cura egent, ne quos animi motus immodicos incurrãt. Quippe loquelæ adhuc expertes, ploratu, clamore, iracũdia, & inordinato sui motu, dolorẽ indicant. Nostrũ igitur officiũ sit, cõiectantes quid desiderent, asiduè id suppeditare prius, quàm auctus dolor in nimiũ, atq; inordinatum motũ vnà cum corpore, etiã animũ ipsum vniuersum cõiiciat: siquidẽ dentiẽtes, aut ab externo quopiã offensi, aut aluũ exonerare, aut meiere, aut esse, bibereve cupientes, perinde ac discruciati plorãt, atq; enormiter mouẽtur. Fieri etiã potest, vt frigore offensi teporẽ desiderent: sicuti cõtrà, æstu afflicti refrigerationẽ. Est quãdo multitudinẽ instratorũ nõ tolerãt, quippe multos offendit id quoque non minimũ: maximè verò quũ aut totũ corpus vertere, aut etiã artus mouere cupiũt. Quin etiã ipsa quies, si sit diuturnior, non parũ molesta esse solet, quando nulla animans immodico vllo delectatur, sed semper mediũ modũ expetit. Porrò medius ipse modus, non vnus

omnibus eſt,ſed ex eorũ ſemper eſt numero, quæ in collatione ad aliud ſpectantur. Quocirca qui curã infantis educãdi ſuſcipiet,hũc planè vt acrẽ mediocritatis,cõuenientisq; coniectorẽ eſſe, ita hæc ſemper præbere oportet, priuſquàm ex deſiderio cuiuſuis auctus dolor, ſimul cum corpore animũ †quoq; in motus immodicos coniiciat. Quod ſiquãdo quod infeſtat,imprudentibus, inſciẽtibusq; nobis auctum eſſe contigerit,corrigere id tentabimns illico, vel præbito quod expetit,vel ſublato quod offendit,etiã motu per vlnas nutricis adhibito,ac vocis modulamine,quo vti prudẽtiores nutricũ cõſueuerũt. Ego nãq; puello quodam totũ diem irato,plorãteq;,ac immodicè ſe, inordinateq; iactante, nutrice ipſa omnis cõſilii inope, deprehendi quod offendit. Quippe vt neque papilla in os immiſſa,neq; à nutrice prolatus, ſi fortè meiere, aut aluum exonerare vellet, lenitus eſt,ſed nec quũ ab vlnarũ agitatu reclinari eſt cœptus:aduerti autẽ tum lectũ, tum inuolucra, tum veſtes ipſas ſordidiores: præterea puellum ipſum immundum atq; illotum lauare detergereq; iuſſi,tum lectulum mutare,ac veſtem omnẽ terſam, mundamq; præbere, quibus peractis,protinus ab immodico agitatu cõquieuit,illi-

†Mendosè legitur in græ.cod. impreßis κατὰ προχοὶ.

coq́; dormiuit: nõ suauissimum modò, verumetiam lõgissimũ somnum. Vt verò rectè cõiicias quæ puello officiãt, nõ modò solertia est opus, sed etiam assidua de ipso qui nutritur experiẽtia. Hæc igitur omnia vsq; in tertiũ à natali annũ circa puellum peragẽda cẽseo: imprimisq́; de nutrice ipsa non minimam habendã esse curam, quid edat quid bibat, quo pacto in somno venere, & †exercitatione se habeãt, vt videlicet lac eius egregiè sit tẽperatum, quale certè erit, si sanguis eius quàm optimus sit. Porrò is talis est, qui nec flaua abundant bile, nec atra, nec pituitosus est, nec serosus, nec aquoso liquore permistus, nascitur autem eiusmodi sanguis ab exercitatione moderata, & cibis tum boni succi, tum iusto tempore, modoq́; assumptis, prætereà potione tempestiua, modiceque sumpta. De quibus omnibus in iis quæ post dicentur diligenter agetur. A venere omnino abstinendam esse, quæcunq; lac præbebit, moneo. Nam & menses viri consuetudine prouocantur, & lac odoris gratiã in deterius mutat. Quinetiã aliquæ in vtero concipiunt, quo alienius à puello adhuc lactente nihil est. Ita enim quicquid sanguinis est optimum, in fœtũ absumitur. Quippe is quum proprium in se vitę principium contineat,

†Mendosè legitur in græc. cod. impressis κατὰ pro καὶ.

& huius moderamine agitur,& aſsiduè cõ ueniens ſibi alimentũ trahit,vtero ipſi veluti radici adhęrẽs,nec vſquã ab eo nocte, diéve diſcedẽs. Interim verò nõ minor modò, verùm etiã deterior rationabiliter redditur ipſius grauidæ ſanguis, quò fit,vt lac ipſum tum peius, tum verò exiguũ in mamillas colligatur. Quare ſi quæ infantẽ lactat vterũ gerit, ego magnoperè ſuaſerim aliã inueniendã nutricẽ. Cuius etiã lac guſtu, odoratu, viſu cõſiderãdũ explorãdũq; diligẽter ſit. Siquidem quod optimũ eſt,id guſtãti, olfacientiq; planè ſuaue,†intuẽti candidũ,æquabile,ac liquidi,craſsiq; medii apparebit. Quod vitioſum eſt,è diuerſo,aut craſſum,& caſeoſum,aut liquidũ,& ſeroſum,ac liuidum, tum cõſiſtentia ipſa, coloraq; inæquabile videbitur. Idẽ guſtantibus amarorẽ,aut ſalſedinẽ, aut qualitatẽ quãpiam extraneam exhibebit, tale verò nec olfacienti,ſuaue erit,atq; lactis probi, improbiq; hæc ſunto indicia. Quibus diligenter animaduerſis, quoties vel concepit mater, vel morbo aliquo eſt affecta, ad aliã nutricem quæ iudicio,delectuq; paretur,feſtinãdũ cenſeo. Puellũ verò primùm ſolo lacte alendũ: vbi autẽ primores dẽtes emiſerit,eũ ſolidiori quodã modo iam cibo aſſuefacere conueniet,quod etiã experica

†In græco impreſſis deeſt καὶ θεωμέ νοις *quod habetur in antiquis.*

rientia planè doctæ mulieres faciunt: primũ panẽ, mox legumina, ac carnẽ, & similia, omnia prius cõmansa puellorũ osculis immittẽtes. Corpus autẽ infantiũ cõfricare oportet oleo dulci: sicut idipsum rectè peragũt nutrices plereq;, statim ipsas corporis partes modulãtes, atq; fingẽtes. Verũ in eo, quẽ ꝓposuimus, puero, qui corporis statu est optimo, quod ad mẽbrorũ modulum saltẽ attinet, nihil est quòd curiosa nutrix sit, sed tantũ fricet quotidie mediocriter, ac lauet, idq; quàm fieri maximè potest, lacte in vẽtriculo minimè adhuc herẽte crudo: q̃ppe quod periculũ est, ne prius quã ꝓbè sit cõcoctũ, in totũ corpus infantis digeratur: multò verò maximè si quis ventriculũ ipsum adhuc lactis plenũ infricet, tũ corpus crudo alimento implebit, tũ caput onerabit. Quo magis ꝓspiciẽdũ imprimis est, ne quid nutrimẽti, neq; ante balneũ, neq; ante frictionẽ puerulo præbeatur, id fiet, si ad hæc administranda nutrix post longissimũ somnũ, tẽpus obseruet. Id enim maximè tẽporis est, in quo vel inanẽ planè vẽtriculũ inuenias, vel certè concoctũ, si quid in eo remãsit. Quæ autẽ, vt hodie fit, faciũt sanè lædunt, aliæ vnũ, & certum diei tẽpus præscribẽtes, aliæ quũ ipsæ à negotiis vacẽt, tum demũ curantes. Quo

ſit vt ſępius lędi quàm iuuari puellos neceſſe ſit:quippe quod à nobis pręſcriptũ tẽpus eſt,aliâs in aliud diei noctíſve tempus incidit. Maiorum tamẽ puerorũ,qui videlicet plagis,minis,obiurgationi, monitis parẽre norunt,iis duplex tũ fricandi,tũ lauandi tẽporis occaſio eſt:prior ac cõmodior,quũ à matutino ſomno ſurrexerint,deinde luſerint,ac iam cibum petãt. Tum enim maximè vocãdi ad hæc ſunt,ac corpus quidẽ ad ſanitatẽ pariter,& bonã habitudinem, animus ad obſequelam,& temperantiam exercẽdus:interminãdumq; nõ aliter nos cibũ præbituros,niſi quantum ipſi velimus,frictioni balneoq; ſe permiſerint,atq; optmũ quidẽ tẽpus hoc fuerit. Quòd ſi qua occupatione,qui puellũ alit,auocetur, modico pane prębito,ludere permittat quãtũ velit: dein quum rurſus cibũ petierit,tũ fricet lauetq;. Minimè tamẽ bibere ei permittẽdũ poſt cibũ eſt, quẽ balneũ excipit:quando ita præcipitatior eorũ,quæ vẽtriculus cõtinet, diſtributio in corpus fiet. Id verò in corporibus prorſus ſanis cauere oportet. quippe quibus vtilius ſit ante balneũ cibũ dediſſe,horum planè improbãdi tum affectus ſunt,tũ corporũ ſtatus. De his verò in ſequentibus dicemus,nunc premendũ nobis propoſitum eſt: nempe vt puellum, cui

opt

optimè affectum corpus ſit,ſic educemus, vt talis perpetuò ſeruetur : huic expedit,vt cibus balneũ ſequatur.Quòd ſi,quo loco puellus alitur,balnei copia nõ ſit(fortaſſe verò nec iſta vnquã legẽt)qui ibi habitãt: in concha pueros lauãt,donec alterũ iam tertiúmve ætatis annũ attigerint,qui verò hos annos ,exceſſerint : eos,ſi non quotidiè,at certè tertio quoq; die,quartóve vngunt,atq; infricãt.Quòd ſi anni tẽpus nõ prohibeat,ſtagna,amnesq́; his balneis loco ſunt.Apud Germanos enim planè ne nutriri quidẽ infantes cõtenderim,verùm nos neq; Germanis,neq; aliis agreſtibus, aut barbaris hominibus hęc prodimus,nõ magis equidẽ quã vrſis,apris,leonibus,aut aliis id genus:ſed Græcis,& iis qui tametſi genere ſunt barbari,Græcorũ tamẽ æmulantur ſtudia.Nã quis(quæſo)noſtrũ tulerit,modò editum infantulũ etiã ab vtero calentẽ,ad flumẽ deferri,ibiq́;(ſicuti Germanos aiunt)ceu candẽs ſit ferrũ,in frigidum humorẽ mergendo,ſimul de naturæ vigore periculum facere , ſimul corpus ipſum roborare?Quippe ſi citra noxam id tolerauit,& quod propriæ naturæ robur oſtendit,& nouũ prætereà robur ex frigidę cõmercio cõparauit, nulli nõ patet.Cæterũ ſi ab externo frigore naturalis calor

sit victus : quòd protinus interire necesse sit,id quoq; neminẽ latet.Quis igitur mẽtis cõpos,nec omnino ferus,Scytháve,propriũ pignus in id agere discrimẽ sustineat, in quo errorẽ mors sequitur,potissimùm quũ ex eo periculo nõ magnũ sit quod lucrifaciet?Asino enim fortassis, aut id genus experti rationis animanti vtilissimũ fuerit,dẽsum ita tergus durumq; effici,vt citra dolorẽ frigus toleret: homini ratione prædito cuinã, quæso , tam magno sit vsui?Non enim si quis absolutè,citraq; exceptionẽ pronunciet,cutẽ densissimã, durissimãq; vtilẽ ad sanitatẽ esse,is rectè dicat.Quum nãq; animalis corpori duplex instet incõmodũ, alterũ ab externis,alterum ab internis occasionibus:quorum certè rara mollísq; cutis est,ii ab extrinsecus imminẽtibus malis facilè tẽtãtur: quorũ densa ac dura,ab interius. Itaq; etiã Hippocra.vbi de iis præcipit,quæ in nobis ab alimẽto ad cõmodũ,incommodúmve cedunt,post alia multa hęc scripsit: [Raritas corporis,ad trãspiratũ iis quibus plurimũ aufertur,salubrius;quibus minus, insalubrius. Præstat ergo vtrunq; declinasse excessum,nec adeò aut dẽsam reddidisse cutẽ,vt corporis transpiratũ prohibeat: aut ratã vt facilè à qualibet extrinsecus incidẽ

ti occasione lædatur,] Tale porrò natura est propositi nobis hoc loco puelli corpus, quũ sit mediũ omnis excessus. Est ergo id ea ratione alendũ, vt status sui gratiã perpetuò seruet: seruabit autẽ, si primis quidẽ annis solo lacte nutrias, ac balneo dulcis aquæ & calẽtis vtare: quo videlicet corpus eius molle quã diutissimè seruatũ, ad plurimũ augmẽti perueniat. Ab his annis quũ iã mitti in ludũ est habilis, nõ necesse erit assiduis prætereà balneis vti, sed interim dum luctari cõdiscit, mediocriter inibi ante cibum exercitari sat erit, ac balneo plerunq; abstinere. Modũ verò in labore excessisse, quod nonnulli pædotribæ pueros cogunt, prorsus alienũ est: siquidẽ intẽpestiua duritie corporis inhibetur auctio, etiam si natura sit ad auctũ quàm maximè cõparatũ. Sanè vinũ quã diutissimè, qui ea natura puer est, ne gustare quidẽ suaserim: quippe quod haustũ, & humectat nimiũ, & calefacit corpus, tũ caput halitu replet iis, qui humido calidoq; tẽperamẽto sunt, quale est eiusmodi puerorũ. Atqui nec repleri his caput est vtile, nec ipsos supra q̃ par est humidos, calidosq; fieri, quoniã eò iã caloris humorisq; peruenerũt, vt si paululũ vtramuis qualitatẽ auxeris, iã modũ excesserint. Quũ autẽ sit omnis excessus

fugiendus,maximè hunc fugere expedit, ex quo nō corpori modò, verūetiā animo dānū accedit.Quare neq; iā adultis vinū, nisi modicè sumptū,existimandū est vtile esse:quòd videlicet & ad irā,& libidinem præcipites facit,& partē animi rationalē, hebetē,turbidāq; reddit. Cæterū his ipsis ad bilis excremēta vel mitiganda,vel expellenda est sanè nō inutile:nō minimum verò ad eam siccitatē,quæ in solidis partibus,aut ex immodicis laboribus, aut ex proprio ætatis tēperamēto prouenit. Humectat nanq; ac nutrit quicquid immodicè siccatū est:tum bilis amaræ acrimoniā mitigat,ac frāgit:prætereà per sudores vrinasq; vacuat.Pueri verò,ceu qui talē succum minimè colligūt, quiq; naturalē humiditatē plurimā obtinent,vt cōmodorū, quæ vini potio largitur,planè nō egēt,ita incōmoda,quæ affert,tantū sentiunt.Nemo itaq; rationis compos,eà vti potione pueros sinet,quā,præter quàm quòd nullū affert cōmodū,immensum etiam sequitur incommodū.At frigidæ potione omnino prohibendos eos nō censeo, quod tamen aliqui faciunt:verū à cibo plerunq;,& per calores,quum ipsis cordi erit,vti nō displicet,potissimùm verò(si copia eius sit)fontanæ recentis, cui nulla qualitas vitiosa

aliun

aliunde ſit cõtracta:ea ſi nõ eſt,reliquarũ. Cauendæ verò ſunt quæ ex ſtagnis hauriũtur,& quæ turbidæ,& quæ malè olẽtes,& quæ ſalſæ,deniq; in quibus qualitas aliqua guſtu deprehenditur:quando quæ optima eſt,ea penitus nõ guſtui modò horũ,verũ etiam olfactui omnis qualitatis expers videbitur,eadẽ quoq; tũ potui iucunda erit, tum planè pura.Quòd ſi præcordia quoq; celeriter tranſit,nihil eſt,quod magis idoneam requiras:quando ſiqua pura,lympidaq́; eſt,nec potu inſuauis,nihilo ſecius tamen circa præcordia hæret,hæc vitio non caret,atq; abſtinẽdũ ab ea cẽſeo,vtiq; quũ prorſus eſt frigida:cæterũ à calefacta non deterreo,ac tutiſsimũ quidẽ ſit,experientia ipſa de eiuſmodi aqua iudicium fieri. Quòd ſi quis eſt,qui ex notis potius vim eius prænoſſe malit:cuius fons è petra ſcaturiẽs,cõtra ſeptẽtriones fluit,ſolẽq; auerſum habet,hãc ægrè concoctũ iri,tardiq́; traſitus eſſe putandũ eſt:eadẽ nimirũ calefiet,frigefietq́; tardè.Cõtrà,cuius ad oriẽtẽ ſolẽ fons erũpit quæq́; per meatũ aliquẽ mundũ,aut purã colatur terrã,eadẽq; calefit,ac refrigeratur ocyſsimè: hanc omni ætati vtiliſsimã eſſe exiſtimandũ eſt. Non enim ſicuti vino,eſcis,exercitatione,vigiliis,ſomno,ac venere,aliis aliâs vti pro ra-

tione ætatis expedit:ita de aqua quoq; ſtatuendũ eſt,ſed quã nunc optimã indicauimus,hac vti puero,iuueni,ſeni, conducet. Idẽ de aëre iudicandũ,quẽ optimũ in pulmones trahere,omnibus iuxtà ſalubre eſt. Optimũ aërẽ cenſeo,qui prorſus ſit purus. Eiuſmodi verò fuerit,qui nec ſtagni, nec paludis halitu ſit infectus,nec ex profundo ſpecu peſtilentẽ aurã ſpiret,qualis circa Sardis,& Hierapolin,aliubiq; terrarũ viſitur:nec qui ex cloacis,quæ vrbẽ,aut numeroſum exercitum purgẽt,vitiũ contraxit:nec qui ex animaliũ,olerũ,aut leguminum putredine, aut fimo, coinquinatur: nec qui ob ſtagnũ,vel flumen vicinũ,nebuloſus eſt:nec qui editis vndiq; mõtibus, in cauo loco cluſus,nullũ recipit perflatũ: Suffocans enim putriſq; eſt,ſimilis ei,qui in domibus quibuſdã eſt incluſus,in quibus ob putredinẽ,& perflatus defectũ,plurimus aceruatur ſitus. Huiuſmodi ergo aër omni planè ætati eſt noxius:ſicuti è diuerſo,qui purus omnino eſt,nulli nõ ætati eſt vtilis. At verò quæ ex calore,frigore, ſiccitate,humiditate:diuerſitas aëris cõtingit,nõ pinde ſe ad oẽs homines habet,ſed corporibus quæ optimo tẽperamẽto ſunt, etiam optimè tẽperatus aër eſt ſaluberrimus. In quibus verò aliqua exuperãs quali

tas

tas dominatur,iis vtiliſsimus aër eſt, qui ei qualitati maximè eſt aduerſus, frigidus calidæ,calidus frigidæ, humidiori ſiccus, ſicciori quàm par eſt tãtò humidior quãtò ſiccitas ipſa modũ exceſsit,atq; hæc quidẽ hoc loco intellexiſſe ſat eſt. Quẽadmodũ verò incõmoda,q̃ ex vitioſis aëre aquisq́; proueniunt,corrigas,alio volumine dicetur. Nunc enim optimũ corporis ſtatũ,ſimul cũ optima victus ratione,ceu ſcopum ac regulã quandã tractare conſtitui. Quæ enim vitioſa in aliquo corpora ſunt,horũ varietates omnes,vnà cum idonei ipſis victus ratione in ſequẽtibus libris proſequemur. Quare rurſus ad optimi ſtatus puerũ reuerſi,ſecũdũ ſeptenniũ eius explicemus, & cuius tẽperamẽti ſit,& quódnã poſtulet victus genus. Ergo tẽperamẽtũ eius(vt in libris quos de tẽperamẽtis ſcripſimus euidenter oſtẽdimus)calidũ eſt eodẽ gradu, quo prius,humidũ verò nõ eodẽ,quandoquidẽ omne animans ab ipſo ſtatim ortu, ſiccius in dies efficitur: minimè tamẽ per omnes ætates, aut calidius, aut frigidius euadit. Sed quorũ optimè ſe habent corpora,iis calor ſimilis quodammodo vſq; ad ſummum incrementũ manet:quorũ verò humida,frigidaq́; ſupra optimæ cõditionis corpus ſunt,horum calor augetur. Sed

non

† Mendosè legitur in græc. cod. impreßis, ἀλλ' ὑγιεινῶν λόγος pro ἀλλ' οὐκ νῦν λόγος.

†nō est nūc de his sermo. Cui verò optimi status corpus cōtigit, is ad quartūdecimū vsq; annū, iam traditā victus rationē obseruet: illo tamen in exercitatione seruato modo, vt neq; immodicè se, neq; violēter exercitet, ne corporis eius id incremēto sit in mora. Lauetur autē calida potius quam gelida, vt qui nondū hāc citra noxā tolerauerit. Hoc ætatis animū quoq; finxisse aptißimū est, idq; potißimū probis cōsuetudinibus, & grauibus disciplinis, quæ animo modestiā pariant. Quippe ad ea, quæ sequente ætate circa corpus eius moliri oportebit, maximo cōpēdio sit, animi modestia, & ad parendū facilitas. A secūdo verò septennio vsq; ad expletū tertiū, siquidē ad robustißimum corporis habitū prouehere hominem cupis, aut militē eum strenuum, aut luctatorem, aut aliàs viribus insignem destinans: vtiq; de iis animi dotibus, quæ ad scientiā, sapientiáq; pertinēt, minùs laborabis. Quæ enim ad mores spectant, hac maximè ætate perfici, absoluiq; conuenit: sin corporis membra roborare hactenus cupis, dum sanū quendā habitū, & incrementū iis cōpares, animi verò rationalē partē ornare adolescentis studes: non est vtrobiq; eadē victus ratio ex vsu. Quanquā etiā tertiā, quartáq; vitæ formu

lam

Iam licet inuenire, aliis sordidarũ cuilibet artium deditis: idq; vel ei quæ corpus exerceat, vel alienum ab exercitio id teneat, aliis ad agriculturã, vel mercaturã, vel tale quippiã se conferẽtibus. Quæ genera tot numero sunt, vt difficile certè videatur omnes vitę species certo numero cõplecti. At ars quidẽ quæ sanitatẽ tuendã profitetur, omnibus profectò hominibus sanitatis tuendæ documẽta pollicetur, aut singulorũ propria, aut omniũ cõmunia, aut hæc qdẽ propria, illa verò cõmunia. Verũtamẽ fieri nequit, vt de omnibus simul differatur: sed vt primo loco, quemadmodũ quis ad longissimũ pro lata vita, etiã bona valetudine perpetuò vtatur. (Sanè hãc vitam ab omnibus quòd necessitate se ingerit negotio, liberã esse oportet, ac soli corpori vacare.) Secũdo loco, vt de iis, quæ cũ arte aliqua, aut opere, aut exercitio aut ministerio priuato, publicóve: in summa, quæ cũ premẽte aliquo negotio cõiũctæ sunt, sic vtiq; fieri potest, vt de omnib⁹ differatur, neq; enim aliter aut dilucidus, aut memoratu facilis, aut certa methodo traditus sermo noster videatur, nisi hũc ordinẽ sequatur. Sed ad id quod primo loco propositũ est reuertendũ, docẽdũq; quẽadmodũ qui optimũ corporis habitũ est nact⁹, ab omnibus,

bus,quę ad publicũ in vita ſpectãt ſecedẽs, ac ſibi ſoli viuens, nec morbo vllo,quoad fieri poteſt,vnquã tẽtetur,nec ante lõgiſſimũ vitæ tẽpus morte occupetur. Immortale nãq; fieri quod genitũ eſt, planè non poteſt(tametſi noſtri tẽporis philoſophus quidã in egregio ſcilicet opere illo,in quo immortalitatis viam docet,id oſtẽdere ſit aggreſſus.)Vt verò in plurimũ perduret tẽpus,id verò fieri poſſe profectò conuenit, præſertim eius qui optima ſit natura.Sunt enim qui ab ipſo ortu adeò improſpero corporis ſint ſtatu,vt ne,ſi Aeſculapiũ quidem ipſum iis præfeceris,vel ſexageſimũ annum videãt,ſed nõ eſt nũc de his locus. Quare ad illũ potius qui optimo eſt habitu reuerſi, repetamus ea quæ inter initia demonſtrauimus, nẽpe quòd comeſſe bibereq; nobis neceſſe eſt,propterea quòd è corpore noſtro aliquid ſemper defluit. Quum verò edendũ nobis, bibendũq; ſit, neceſſe rurſus eſt excernendorũ curã,rationemq; haberi.Horũ verò quum variæ ſint ſpecies,aliæ eorũ quæ in ventre perficiuntur, aliæ eorũ quæ iecinore, arteriis, & venis,aliæ,eius quod per ſingula mẽbra diſtribuitur alimẽti: ſanè cuiuſq; ſuã eſſe vacuationẽ oportet,ſicuti idipſum ab initio inſtituiſſe natura videtur,quæ inſtru-

me

menta animalibus cõtulit, alia quæ excrementa ipſa expurgent ac ſeparent, alia quę deducant, alia quæ in vnum colligant, alia quæ excernant. De quibus omnibus tractatũ nobis fuſiùs eſt in iis cõmentariis, quos de naturalibus facultatibus, & quos de particularum animalis vſu inſcripſimus, nũc hypotheſeos loco præſumenda erũt ad ea quæ paramus. Primùm nanque excrementum & à ſyncero ſeparatur, & paulatim impellitur per omnia inteſtina vſque ad ſatis capax ſpatium, quod in eo inteſtino viſitur, quod ab argumento rectum vocant. Ad cuius exitũ muſculi quidã ſunt inſerti, qui ipſum coërceãt, intusq; detineãt, ac ne immaturè effluat, vetẽt. Poſteà verò quàm plurimũ cõgeſtũ iam grauè animali fuerit, tũ foras agi ſinunt, ad celeritatẽ emiſſionis etiã abdominis muſculis, vnà cum tranſuerſo ſepto, adiuuantibus. Iecinoris excrementorũ aliud eſt, quale quod florẽ in vino appellant: aliud, quale quod fęx dicitur. Attrahitur alterũ à veſicula, quæ iecinori ſubiicitur, alterũ à liene. In his collecta excernuntur, alterum in priorem tenuis inteſtini partem: [alterum in ventriculum:] ab hisque iam per omnia inteſtina, vnaque cum ſicciori alimenti excremẽto permeant. Quod autem in venis, & ar-

teriis excrementum aceruatur, eiusmodi planè est, quale in lacte concreto serū: hoc renes à sanguine secernētes, ad vesicā trāsmittunt. Ea porrò id colligit, seruatque ad eundem fermè modum, quem de sicco excremento suprà retulimus. Quippe adnascitur hîc quoq; ad exitum ipsum musculus quidā trāsuersus, qui osculū vesicæ ita ad vnguem cōprimit, vt inde nihil effluat. Postquàm verò huius quoq; collecta iam copia animal vrget, illico se remittens, laxansq;, statione cedit. Vesica verò omne excrementum excernit: rursus hic quoque ad celeritatem exitus auxiliātibus musculis iis, qui in abdomine sunt siti. Reliquū excrementorum genus, in singulis animalis nascitur particulis ex ipso, vnde alitur, succo, aliud quidem ceu † semicoctæ quæpiā reliquiæ, quæ assimilari nutriēdę parti nequiuerunt: aliud quod trāsmittendi alimenti fuit vehiculū. Nunc functū officio humidū tenueq; superest, quale nimirum serosum illud iam dictum, quod ex vasis, id est venis, & arteriis, in vesicam defluit, huic excremēto nullus certus à natura prę scriptus meatus est, expellitur tamen partim actum per ipsa molliora corpora, quæ fluentis eius violentię cedunt, potissimùm quū à spiritu, maiore impetu irruente, impe

† *Mēdosè legitur in Aldi,* ἡμίπτον, *pro* ἡμι πέπτον.

pellitur: partim etiam per exiguos omnes corporeæ molis meatus, πόρους Græci vocant: quorum non modò reliquum corpus vniuerſum, ſed etiam tota cutis plena eſt. Dictum autem nobis de generatione horum eſt in libris, quos de Temperamentis edidimus. Ergo tenuiſsimum huius generis excrementum, facilè ſanè eiicitur, partim in ſpeciem halitus ab inſito calore ſolutum, partim violento motu cõfertim erumpens. Appellant verò quod ita excernitur, ſudorem: alterum verò cui nullum publicè nomen eſt, quod videlicet nec vulgò eſt cognitum, vt quod conſpectum præ tenuitate effugiat: ab iis qui id ratione contemplati ſunt, ἄδηλος αἰσθήσει διαπνοὴ Græcè, id eſt tranſpiratio, vel perflatus ſenſum latens, vocatur. In hoc inſenſibili perflatu etiam craſsioris excrementi nonnihil excernitur: huic autem & vehementiore calore, & fluoris impetu maiore opus eſt: quum alioqui periculum ſit, ne ante itineris finem, ſiſtatur ſaltem ad cutem. Ab hoc excremento tum pilis originem eſſe oſtenſum nobis eſt, tum verò iis, quæ ſuper omnium cutem ſemper accruantur, ſordibus. Ac dicta fermè nobis vniuerſa ſunt, tum generationis, tum etiam expulſionis excremen-

torum capita:quę in aliis noſtris operibus, quorum proximè meminimus,euidēti demōſtratione aſſerta,hypotheſes opportunæ ſunt iis,quę nunc molimur.Nam quoniam eiici hæc oportet, vtpote quæ vitioſa qualitate ſint(tametſi Aſclepiades reclamet)conuenit,arbitror, primùm nouiſſe, quibus maximè cauſis remorētur:dein rationem iniri,qua nec in ipſas incidatur:ac ſi quãdo inciditur, quãprimùm error corrigatur.Atq; ne incidatur quidem,hinc licet aſſequamur, vtique ſi excreta abundè ſint necne,cōpertum habuerimus: vt verò erratum iam corrigatur, certa methodo eſt opus.Dicamus itaque primum à quibus maximè remorentur memoratorũ excrementorũ ſingula:mox quo pacto quod retentum eſt,† expediatur. Ergo iis, quæ in ventre cōtinentur, excrementis mora contingit,aut ipſius cibi potionisq; culpa, aut ipſius vētriculi vnà cum inteſtinis. Et cibi quidem potionisq; vitio,aut propter qualitatem eorum,aut quãtitatem: ad hæc propter ordinem, vtendiq; modũ. Et propter qualitatem quidē ſi acerba, auſtera, at ſiccæ naturę fuerunt:propter quantitatem,ſi iuſto plura,aut pauciora sũt aſſumpta.Ordinis culpa,ſi quę ſicca aſtringētia've ſunt, primò,quæ humida,pinguia, & dulcia,ſe-

† Mendosè legitur in græc. cod. impreßis προτρίψειν, pro προτρίψαι.

cu

cundo loco ſunt ſumpta. Modi vſus ratione, ſi quum bis fuit edēdũ, totũ ſemel ſumpſerit. Quæ verò vētris inteſtinorúmve vitium ſequitur excremēti mora, vel ob naturalem eorũ affectũ accidit, vel certè acquiſititium. Ac quæ quidē naturæ eorũ vitio cauſæ proueniũt, ex prauis corporis habitibus aliqui ſunt: ſicuti, vbi de iis agemus, dicetur. De acquiſititiis hoc loco agemus. Recentium ventris affectionũ octo ſunt differētiæ, ſingulæ ipſo genere intēperies: & quatuor quidem ſimplices, calor, frigiditas, ſiccitas, humiditas, quatuor cōpoſitæ, calor vnà cũ ſiccitate, idē cũ humiditate, frigus adiũctũ ſiccitati, idem cum humiditate. Sanè eo creuiſſe magnitudinis harũ quamlibet oportet, vt iam inualidam reddiderit impultricē vim, aut vētris tātum, aut gracilis inteſtini, aut plenioris, aut etiā omniũ ſimul, aut ex his quorũdā. Creantur porrò eiuſmodi intēperies, modò ab iis quæ intrò in corpus ſumũtur, modò ab iis quæ foris incidunt. Et ab iis quæ in corpus ſumũtur, quum in cibo, vel †potione vis quæpiā medicinalis eſt immiſta ex earum genere, quæ vel calefaciunt, vel refrigerant, vel ſiccant, vel humectant, vel vnà calefaciunt & ſiccant, aliáve quapiam cōnexione harum qualitatum afficiũt. Ab

† Mēdosè legitur in græc. cod. impreſsis σώμασι. i. corporibus, pro πόμασι. i. potionibus.

iis quæ foris incidunt, vel ambientís nos aëris vitio, quũ is immodicè calefacit, aut refrigerat, aut ſiccat, aut humectat, aut copula quauis harum qualitatum afficit: vel aquę qua lauerimus, vel vnctionis, qua vncti ſimus, vel denique alterius cuiuſquam, quod quum foris vẽtriculo adhæſerit, aut calefaciendi immodicè hunc, aut refrigerandi, aut ſiccãdi, aut humectandi vim habuit. His igitur de cauſis ſupprimitur excrementũ ventris. At flauæ bilis excremen tũ moratur aut propter attrahẽtis, expellentíſve facultatis infirmitatẽ: aut propter vaſorũ, quibus deducitur, atq; excernitur, anguſtiã. Porrò infirmitas, tum veſiculæ totius, quæ iecinori ſubiicitur, tum eorum meatuũ, qui ab ea in iecur ſubeunt, tũ eorũ, quibus in inteſtinũ bilis euomitur, ex recenti intemperantia, prouenire poteſt, tali vtiq; quali inteſtinorũ vẽtriſq́; impultricẽ vim lædi diximus. Anguſtia verò vaſorũ, aut phlegmonis vitio fit, aut propter ſcirrhos (hi ſunt durities quædam nõ ſenſiles) aut obſtructionem, aut circumiacentium partiũ innixum, aut oſcillorum conniuentiã. Iam ipſa proximarũ partiũ compreſſio, aut propter immodicam copiam eorũ quæ in ſe cõtinẽt, aut propter phlegmonẽ aut ſcirrhum accidit. Aequè & oſcil

lor

lorum cõniuentia, aut propter horũ quippiam, aut etiam ſiccitatem. Porrò ſiccitatem accidere faciunt & quæ valẽter aſtringunt, & quę pariter calefaciunt, & ſiccant. Illa nanque humorem exprimẽdo, & quæ patebant contrahendo, conſtringendoq́;, ac denſando: hæc eliciẽdo per halitum humore ſiccitatem inducũt. Phlegmone nãque, & ſcirrhus quoniã morbi planè ſunt, ad præſentem diſputationem non pertinent, & alioqui de ipſis commodius agetur in ſequentibus. Pari ratione atræ bilis excrementum aliquando ſiſtetur, ſi lienis ad amaræ bilis veſicam: vena verò quæ ad illum à porta iecinoris pertinet, ad vaſcula illa, quæ amarũ excrementũ attrahunt: quæ verò ex liene in ventriculum fertur, ad meatum illum qui amaram egerit, proportione ſit affecta. At excrementũ quod per ſingulas animalis particulas congeritur, & copia ſui, & craſſitudine, & pręterea †lentore remoratur: ad hæc ob imbecillitatem caloris, [qui id diſſecet ſoluatque] præterea tranſitus anguſtiam. Ac copia quidem, craſſitudo, & lẽtor vel ex cibi potionisque natura prouenit, vel ex recenti quapiã alteratricis facultatis in eo, qui nutritur, infirmitate. Imbecillitas verò caloris, qui id excremẽtũ reſoluat, ac tenuet, ab

† *Mẽdosè legitur in græc. cod. impreßis,* γλισχρότερον, *pro* γλισχρότητα.

[*In græc. codic. impreßis legitur* λύσους. *Sed melius in veteri* ἀλλοιούσης, *id eſt qui id alteret.*

exercitandi defectu prouenit, Anguſtia tranſitus aut ob ſcirrhum, aut phlegmonem, aut obſtructionem, aut compreſſum alicuius, aut cõniuentiam euenit, quorum cuiuſque originis rationem paulò antè retulimus. Sunt tamen partes, quæ præter latentes hos meatus alios quoſdam apertos, & conſpicuos obtinent: ſicuti cerebrũ, & oculus. Id autem inſtitutum à natura eſt aut propter eminẽtiam particulæ, aut propter actionem exquiſitiùs obeundam, aut propter continentium corporum ſpiſsitudinem. Eſt nanque cerebrũ rationalis animæ ceu domicilium: quod cùm oſſe ſolido vndiq; ſit ſeptum, plurimis, maximiſq; canalibus expurgatur: primùm per nares, & palatũ: ſecundò per vtranq; aurem: tertiò per caluæ cõmiſſuras: nec abſimile eſt etiam aliquid ab eo, confluere ad oculos. Oculus verò ipſe non tanquam primatum aliquem inter partes obtinẽs, ſed velut qui purus eſſe omnino poſtulet, quò videlicet probè munus ſuũ obeat, per euidẽtes meatus eiicit quicquid in eo excrementi gignitur: nempe per nares, genasq́;. Ergo excrementorum tum cauſas, tum inſtrumenta iam diximus: quæ quẽadmodum quis retenta expediat, atque euocet, deinceps docendum, initio rurſus à ventre ſumpto. Ergo

go

go illud commune omnium excrementorum documentum ſit, vt retentionis cauſę cõtrariam cauſam ſemper admoueas. Speciale verò per ſingulas hoc, ſi comeſtorum paucitate, & ſiccitate reſtricta aluus ſit, vt tum plura, tũ humidiora exhibeas. Si ſiccitate, plura quidem non offeras, ſed humidiora. Si auſteritate, & acerbitate, dulcibus, & pinguibus cibes. Quòd ſi in ordine ſumptorũ erratum ſit, vt eum errorẽ corrigas, ſi quum bis edẽdum erat, ſemel comedit: vt nõ bis modò, ſed etiam ſæpius paſcas. Eodem planè modo, & recèns cõtractas intemperies, contrariis remediis ſarcias: nempè quod ſiccatum eſt humectans: quod refrigeratum eſt, calefaciens: ac reliquos affectus ſimili ratione corrigẽs. Quibus verò hæc fiant: in iis quæ de medicamentis ſcripſimus, proditæ materiæ ſunt. At flaua bile retẽta, ſi quidẽ obſtructionis culpa id accidat, eo qui extenuet victu vtẽdum: cuius materia ſingulari volumine à nobis eſt tradita. Sin ex compreſſu id eueniat, qui nimirum fit ob immodicã repletionem eorum corporum, quæ veſicæ felleæ meatibus ſunt vicina: ſiquidem ex craſſitudine ſucci id incidit, extenuante victu eſt vtendum: ſin ex multitudine, præſidiis quæ vacuent. Quòd ſi ob phlegmonen,

ſcirrúmve id contigit, iã res ſanitatis tuẽdæ profeſsionem exceſsit. Sin propter recèns contractam intemperiem, quæcunq; victa qualitas eſt, hãc reſtituere tentandũ. Ad eandẽ formulã, & cõniuentiam oſcillorum aperire cõueniet. Si ab auſteris facta eſt, pinguibus, & dulcibus aſſumi iuſſis: ſin iis quæ calefaciunt, & ſiccãt ſucceſſit, adhibitis quæ refrigerent & humectẽt. Dicetur & taliũ materia in ſequẽtibus libris. Idem expurgãdi modus etiam tertio excrementorũ genere retento, quod per ſingulas animalis partes colligi diximus, conueniat. Nã ſi cõtracta ſint, & tanquam conniueant meatuum ora, per aduerſa iis, quæ ſic affecerunt, ſuccurrẽdũ eſt: nempe quæ ex frigidis cauſis ortæ coarctationes, conſtipationesq́; carneæ molis ſunt, veluti quæ ex ambientis rigore corporibus noſtris inciderũt, eas calefaciẽdo. Rurſus eas, quæ calori, ſiccitatiq; ſuperuenerũt, veluti quæ feruoribus euenerũt, refrigerando & humectãdo. Pari modo & quæ aſtringentium vitio prouenere (cuius generis ſunt aluminoſæ aquæ) has pingui ac molli frictione, vnà cum dulcis aquæ balneo reparando. Quòd ſi vel craſsitudinis, vel abundantiæ, vel lentoris excrementorum vitio obſtructi meatus ſunt: tenuatoria victus

ctus ratio his apta erit: prætereà medicamēta quæ calfaciūt, ac diſſecant, quædam intrò deuorata, quædam foris admota: anteq; hæc omnia ~~exercitatio~~. Nā ea quoq; tum ſoluere excrementa poteſt, tū per ſudoris meatus eiicere, tantoque tam cibis quàm medicamentis tenuantibus præſtat, quanto ſatius eſt nullo corporis noſtri habitus incommodo exigi, quæ redundant, quàm pariter & carne liquanda, & ſolidis extenuandis. Hęc nanq; incommoda calidis, extenuantibusq; medicamentis ſuccedunt. Exercitationibus verò adeò nihil tale ſuccedit, vt etiā firmitas quædam membris accedat, quū & naturalis ipſe calor accenditur, & ex partiū inter ſe attritu duritia quædam, indolētiaq; cōparatur. Quēadmodum verò ſe aliquis debito tēpore, menſuraq; exercitet, ac ſingularum actionum ordine decēti, qualitateq; vtatur: nūc equidem exequi nō ſtatui: ſicut nec de alimēti ipſius tēpore, modo, ordine, qualitate: ſed nec de tenuātibus cibis ac potionibus, nec de iis medicamētis quæ qualitatē immutāt. Nullius enim horū hactenus particularē vſum diximus, cōtēti ſummatim, & per capita tātū attigiſſe: verùm in ſequētibus libris de omnibus fuſiùs agetur. Nūc in cōpendiū redigere totum opus placuit:

quat

quatenus nulla materia latêret, cuius eſſe peritum deceat, qui omnẽ ſanitatis tuẽdæ artem profitetur, hunc ὑγιεινὸν grecè voces: ſicuti gymnaſten, qui tantùm, quæ ad exercitationes pertinent, callet: quin Eraſiſtratus quoq; ita eum appellauit. In ſequentibus verò voluminibus dictarũ iam materiarum cuiuſque tum tempus quo exhibebitur, tum qualitatem, tum vſus rationem trademus ita, vt non iam materia tantũ ſit, ſed ſanitatis cõſeruãdę certa cauſa. Etenim in tribus hiſce primis generibus cõſiſtit ſanitatis tuendæ ſtudium, æquè ac medendi methodus: nẽpe corporibus, cauſis, ſignis. Corporibus quidẽ, iis quę & ſana iam ſunt, & eo ſtatu ſeruari debent. Signis verò corporũ accidentibus, ex quibus corpora ipſa dignoſcuntur. Cauſæ ſunt ex quibus cuſtodia ſanitatis perficitur. Harum materiam quatuor generibus iuniorum probatiſsimi ſunt complexi: admouendis, educendis, faciendis, extrinſecus incidẽtibus. Et admouẽdorum quidem nomine, cibus, potio, & ſi quid medicamentorum intrò ſumitur, etiam aër attractus intelligitur: faciendorum verò, frictio, ambulatio, vectio, equitatio, denique omnis motus. Quòd ſi non quiuis motus exercitatio eſt, ſed ſolùm qui valentior eſt, adiiciatur motui exercitatio,

tio, vt ſint facienda, tum motus, tum exercitatio. Referuntur ad hoc cauſæ genus, ſomnus, vigilia, & venus. Ex foris incidentibus, primus eſt circũdatus nobis aër: dein de quæcunq; lauãtium vngentiúmve†cuti propinquant, etiam ſi quod medicamẽtum ſanitatis tuendæ fines non exceſsit: veluti ſal, myrta, nitrũ, aphronitrum, & aquarum aliquę ſponte natarum, & calentium. Educendorum verò materia prædicta paulò ſupra eſt. An verò quatuor illis generibus, rectè ex aduerſo diuiſio cauſarum generis ſit facta, nõ facilè dixerim. Quum melius fortaſſe ſit, admouendis, educendis, faciendis, & incidentibus alterari, immutariq; corpus dicere. Mutationem verò aut in qualitate fieri: aut quantitate. In qualitate, dũ aut incaleſcit, aut refrigeratur, aut ſicceſcit, aut humectũ redditur. In quantitate, dum alitur, aut inanitur. Iam inanitionem ipſam, duplicem quoq; eſſe: alteram excrementorũ, de quibus mox diximus: alterã naturalis ſubſtantiæ noſtræ aſsiduè defluẽtis, quæ nutritioni ex aduerſo opponitur. Notaſſe hoc loco operępretium fuerit homonymiam, quam Hippocrates in opuſculo de nutritione diſtinxit his verbis: [Alimentum aliud eſt quod nutrit, aliud quod quaſi eſt nutriens, aliud,

†In veteri græcis cod. addi. ἢ διαπαλαίουσι ἐν κόνει. id eſt aut exercentium ſe in pulue re.

quod

quod nutriturum eſt. Quippe ei, quod prima ſignificatione alimentũ, ſiue nutritio eſt, ſubſtantię ipſius fluorẽ rectè opponas. Ei verò quod in ſecũda ſignificatione accipitur, tũ hæmorrhagiã, id eſt ſanguinis profluuiũ, tum vno verbo omnẽ ſanguinis inanitionẽ. Ei verò quod tertio ſignificato dicitur, vomitum, & lienteriã, id eſt inteſtinorum lęuitatem. Verùm de talibus diuiſionibus ſtatuere, pro arbitrio cuiuis liceat. Quiſquis autem propoſitam artẽ ritè adminiſtrabit, hũc omnis materiæ, quæ ad ſalubrẽ victus rationem pertinet, vires habere cõpertas eſt neceſſe: quando hinc demum dexter eius oritur vſus. Cõtingit autem dexter eius vſus, vbi opportunum cuiuſque tempus, ac modum quis inuenerit. Quare huc potius cenſeo properandum, quàm prauis opinionibus refellendis immorãdum. Sed quoniam ſatis verborum primum hoc volumẽ continet, claudetur hoc loco: quod reliquum operis eſt, in cæteris exequemur.

*

CLAVDII GALENI DE SANITATE TVENDA LIBER SECVNDVS, THOMA LINACRO ANGLO INTERPRETE.

Quæ in secundo libro de tuenda sanitate habentur.

Art

RTIS QVAE DE SANITAte tuenda instituitur: summas, scoposq; proximum volumen edocuit: nũc singula membratim distinguere tentandum, initio rursus ab iis sumpto, in quibus proximus liber est finitus. Proponatur itaque nobis in hoc libro saluberrimæ naturæ puer: qui iam tertium ætatis suæ septennium ingreditur: cuius corpus effingere componereq́ue: quoad fieri potest, quamoptimè propositum sit. Ac primum hoc ipsum definiendum, quid sibi velit quod adiecimus, optimè: vult autem nimirum illud. Veluti corporum ipsorum numerosa sanè diuersitas tradita est: ita vitæ rationum quibus viuimus, species sunt diuersæ. Ergo fieri nequit, vt in qualibet proposita vita, optimam corporis nostri curam administres, sed quæ cuique optima sit, hanc vtique licet, quæ absoluto sermone optima sit, in omni exequi vita non est. Nam maxima hominum pars implicitam negotiis vitam agit, quos etiam lædi ab iis, quæ tractant, est necesse: nec tamen mutare conditionem licet. Alii etiam per inopiam in eiusmodi vitæ sortem incidunt, alii seruitute, quam aut parentibus hæreditariam acceperũt, aut aliàs per vim aliquam

quam capti,raptive,quas solas esse seruitutes vulgus æstimat. Mihi verò & qui ambitionis,aut cuiusuis cupiditatis gratia,negotiis impeditã vitam delegerunt,quo minus corpori curando vacare queãt,hi quoque seruire vltrò dominis, & quidem pessimis videntur. Quare his optimam prorsus corporis curam scripsisse, superuacuũ sit. Verùm si quis planè tum animo, tum verò optione sit liber,huic præcepisse fas est,quemadmodũ & sanitate plurimũ fruatur & morbis minimè tẽtetur,& cõmodissimè,citraq; molestiã senescat. Quin etiã sanitatis tuendæ methodus, sicut alia planè quęlibet ratio, viaq;, eiusmodi docẽdi initiũ postulat. Siquidẽ quod simplex inculpatũq; est in omni genere,id cęteris omnibus quę nec simplicia sunt,nec culpa vacãt,ceu regula quædã præponi postulat. Sanè simplex,inculpatũq; in corporibus quidẽ est, quod optimo est habitu:in vitę generibus, quod omnino liberũ est. Primũ igitur hoc libro duo hæc cõiuncta tractemus:deinde cuiq; vitioso corporis statui,vita libera sit adiũcta. Mox optimæ corporis cõstitutioni singulæ,seruilis vitę species copulentur. Postremò vitiosos corporũ habitus,cũ seruilibus viuẽdi generibus maritabimus, si quidẽ plenus nobis,absolutusq; sermo fu-

turus eſt. Quódnam igitur propoſitæ artis initiũ cœperimus, ad eius tutelã corporis, quod & optimę ſit notæ, & tertiũ ętatis ſeptenniũ iã ingreſſum, & cęteris poſt habitis omnibus, vni corporis curę vacet? Mihi ſanè videtur id quod ab Hippocrate traditũ eſt, tũ in aphoriſmis, quũ ait [Labor cibum præcedat] tũ in popularium morborum ſexto volumine, vbi ita ad verbũ pręcipit [Labor, cibus, potio, ſomnus, venus, omnia mediocria] Nam & modũ ipſum ſingulorũ definiuit, addito ad finẽ dictionis epitheto, mediocria: & tempus ęquè ſignauit, ipſo ſermonis ordine. Quippe ſanitatis tutelã à labore eſt auſpicandũ quem excipere debent cibus, potio, deinde ſomnus, mox venus, in iis videlicet quibus venere eſt vtẽdũ. Nam reliqua certè omnia cuiuſq; ætatis ſunt cõmunia? Venus ætate tantũ florentiũ eſt, vtiq; quo tẽpore etiam eius vſus eſt. Quæ enim hãc vel præcedũt ætates, vel ſequũtur: aut planè ſemen † non effundunt, aut certè infœcũdum, aut malè fœcundũ effundunt, verùm diſceptatio de venere in ſuum locũ differatur. A laboribus verò ordiendũ: illo ante omnia diſcuſſo, an idẽ ſint, labor, motus, & exercitatio: an labor & motus idem, aliud verò ab his exercitatio: an motus res diuerſa, labor, &

† Mẽdosè legitur in Aldi. ἤδ᾽ οὔλως, pro ἤδ᾽ ὅλως.

exercitatio neutiquam differant. At mihi quidem non quiuis motus, exercitatio videtur, sed tantùm si quis vehementior est. Quoniam autẽ eorum, quæ ad aliquid dicuntur, est quod vehementius dicitur, fieri potest, vt idẽ modus alteri sit exercitatio, alteri non sit. Terminus igitur vehemẽtiæ esto, anhelitus alteratio: quando in quibus nulla fit anhelitus mutatio, hos nondum exercitationes vocamus. Quod si quis maius, celeriúsve, aut crebrius iã ex motu aliquo respirare cogitur, huic certè tãtus motus exercitatio fuerit. Ea igitur communiter exercitatio vocatur, propriè verò à loco græcè denominatur, quem gymnasion ipsi appellant. Is locus est in publica aliqua vrbis regione extructus, quo vngendi fricandi, luctaturi, discum iacturi, aut tale quippiam facturi, confluũt. Laboris appellatio idẽ mihi significare videtur, cũ priore significatione nominis gymnasii, siue exercitationis, nempe cõmuni illo, quod prædiximus: quippe quum & qui fodiunt, & qui metunt, & qui equitant, non laborent modò, sed etiam exercitentur, communi saltẽ exercitationis appellatione. Et de nominibus quidẽ ita nobis determinatum sit, atq; ad hæc significata, omnis mihi deinceps sermo inaudiatur, nec tamen

ſi quis eſt, qui aliter vti velit, prohibeo: quando nō huc de recto nominum vſu diſputaturus acceſsi, ſed quemadmodū ſanitas cuſtodiri maximè poſsit. Ad id verò quū percōmodū erat de exercitatione, labore, omni deniq; motu diſtinguere, nominū ſignificatus definire ſum coactus. Atq; exercitationis commoda, etſi in priore volumine tradita ſunt, nō inutile tamē ſi hîc quoque paucis ea denuo repetere: quando ea non ſolùm ſcopus, ſed etiam veluti iudices ſunt, omnium, quę ſigillatim in exercitationis arte geruntur. Fuere autem arbitror, genere duplicia: hæc quidem ad excrementorum [inanitionem: illa] ad euexian, id eſt commodam †corporis habitudinem efficacia. Nam quoniam vehementior motus exercitatio eſt, neceſſe quidem eſt, tria hæc ab ea perfici in corpore exercitando: membrorum duritiem ex mutuo ipſorum attritu, genuini caloris augmentū, & ſpiritu citatiorem motum. Sequi verò hæc reliqua omnia priuatim cōmoda: quæ corpus exercitiis accepta refert, vtiq; ex membrorum duritia, tum vt minus ex labore afficiantur, tum ad labores robur. Ex calore, tum deducendorum in corpus validum attractum, tum immutationem magis expeditam, tū nutritionē magis felicem

†Solidarum partium. nam græcus codex habet εἰς αὐτὴν τῶν στερεῶν σωμάτων τὴν ἰσχύν.

cem,tum*vt singulæ corporis partes sint (vt ita dicam)perfusæ. Cuius affectus beneficio, & solida mollescere, & humida tenuari,& exiguos corporeæ molis meatus,laxiores fieri accidit. At ex spiritus valētiore impetu,& purgari hos omnes meatus necesse est,& excrementa expelli. At qui si exercitatio hæc præstat, haud difficilè sanè sit,tempus vtendæ eius statuisse. Nã quoniã digestionẽ in corpus adiuuat, non debet quũ administratur, crudi incoctiq; cibi,aut succi multitudo,vel in ventre,vel in vasis contineri: vnde periculum sit,ne prius,quàm per maturã cõcoctionẽ vtilis sit,in omnes animalis partes † rapiatur. Quoniã verò & exiguos meatus expurgat,& excrementa expellit: vtilius est ante comedendũ eã adhiberi. Siquidẽ quę impura corpora sunt,atque ab excrementis parũ purgata,hæc quò magis nutries, magis lædes. Ex his itaq; patére arbitror, tum esse ad exercitationẽ cõmodissimum tẽpus, quum hesternus cibus duplici cõcoctione iam prorsus sit cõfectus,& ea,quæ in ventre,& ea,quæ in vasis sanguinis agitur,ac iã denuo cibãdi tẽpus instet. Quòd si,aut prius, aut posterius exercitatione vtere: aut crudis hominem impleueris,aut pallidæ bilis prouentum auxeris, sanè hu-

*Græ. legitur. καὶ χύσιν ἁπάντων τῶν σωμάτων ἐφεξῆς, idest tũc omniũ corporũ fusionem. à qua fusiõe. †Mendosè legitur in codice Aldi. ἐλεχθῆναι, ꝑ ἑλχθῆναι.

Vrina

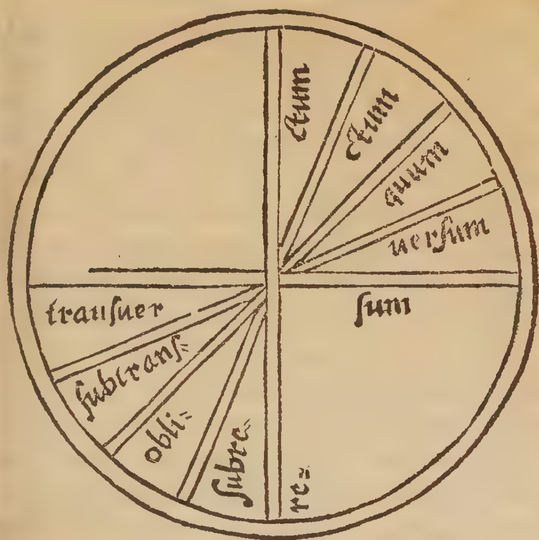
iuſce temporis nota color eſt vrinæ. Quæ enim aquę ſpeciem pręfert, crudũ adhuc in venis eſſe indicat ſuccũ cũ, qui à vẽtre ſubmittitur: quæ verò rufa, bilioſaq; eſt, iãdudum cõcoctũ eſſe huiuſmodi ſuccũ. Quæ modicè pallet, peractæ modo ſecũdę cõcoctionis eſt ſignum. Quũ nanq; bili infecta vrina nondũ eſt: aquæ ſpeciẽ, alborẽq; pręfert: quum verò plus iuſto eius bilis acceperit, rufa cernitur. Ergo quum mediocriter eſt rufa, mediocritérve pallens, tũ eſt exercitatio adeũda: ſed expulſis prius excremẽtis, quę vel in veſica, vel in inferioribus inteſtinis continẽtur. Verendũ enim ne quid ex his in habitum corporis rapiatur, correptum videlicet caloris vi, qui per exercitationem accenditur. Ergo ſi quis poſita iam veſte, protinus ad valentiores motus accedat prius, quàm totũ corpus molliatur, & excrementa extenuentur, & exigui carnis meatus laxentur, timor eſt ſolidarũ quampiam ruptum, aut conuulſum iri. Timendum præterea eſt, ne excrementa ſpiritus impetu impulſa prædictos meatus obturẽt. Sin ſenſim priùs calefaciendo, & ſolidas ipſas præmollieris, & humores tenuaueris, & exiguos meatus laxaueris: nullum periculum nec rumpendi alicuius, nec obſtruendi exercitato impendebit. Vt ergo

hæc

hæc fiant,oportet linteolo totum corpus mediocriter fricãdo priùs calefacere,mox oleo fricare. Neque enim protinus accedendum ad pingue cenſeo,antè videlicet quàm cutis incaluerit,& meatus laxentur, &(vt ſemel dicã)quã præparatũ,aptumq; corpus ſit ad oleum capiendũ. Ei rei ſatis omnino ſunt pauci manuũ circumactus, qui nullo compreſſu ſint graues, & modicè celeres,huc demum veluti ad metã directi,vt corpus citra cõpreſſum calefaciãt: ſi quidem peractis his,cernere licebit floridum ruborẽ per totam diffundi cutem. Tum igitur pingue inducendum,& nudis manibus,quæ mediũ inter molle,durũq; modum ſeruẽt,infricandũ,quatenus neq; coactum, conſtrictumq; corpus ſit,neque vltra quàm par eſt laxam remiſſumq; fiat, ſed legitimum naturæ modum ſeruet.Infricandum verò primo contrectatu blandiùs: inde ſenſim paulò fortius, eatenus aucta ſemper ad valẽtius frictione, quoad iam carnem manifeſtè premat,citra tamẽ læſionem: haudquaquam tamen tam valida frictione diu vtendum,ſed ſemel,aut bis in quaque parte. Quãdoquidẽ non eò ad hunc modum fricatur huius pueri corpus,vt iam duretur,quũ id iam ad exercitationem producimus:ſed potiùs quò tum

promptitudo ad functiones excitetur,tũ robur intrò reuocetur,ac raritas,laxitasq́; quæ mollem frictionẽ conſequuta eſt,cõſtringatur ac cogatur. Quippe medio temperaměto ſeruari huius pueri corpus oportet,nec vſquam durũ†molléve effici,necubi naturale eius incrementũ inhibeatur. At procedente tẽpore,vbi iam adoleuit, tum verò duriore frictione vtemur, prætereà frigida ab exercitando lauatione. Verũ de his poſt agendũ. In præparatoria verò antè exercẽdũ frictione,quæ huc ſpectat, vt corpus molliat, mollis duræq́; mediam qualitatẽ dominari oportet, ac, pro eiuſdẽ qualitatis ratione,quicquid reliquum eſt exigi. Variæ autẽ quàm maximè ex manuum iniectu, circumactuq́; frictiones eſſe debebunt: nec ſupernè modò deorſum,aut infernè,ſurſum adhibitę,ſed etiã tum in ſubrectum:tum in obliquum, tum in tranſuerſum,tum in ſubtranſuerſum. Voco tranſuerſum, quod recto eſt contrariũ,id græcè ἐγκάρσιον appello. Subtranſuerſum verò,quod paululum ab hoc in vtrãque partem declinat,quod σιμὸν dico. Rurſus ſubrectum,quod à recto paululum vtroq; rurſus recedit. Obliquũ,quod recti,tranſuerſiq́; planè eſt medium,illud πλάγιον, hoc λοξὸν græcè nomino.

† ξηρὸν.i. ſiccum legitur in græc.codi. impreſsis.



Quinetiã τρῖψιν, aut ἀνάτριψιν græcè dicere, nullũ diſcrimen faciet, modò ne lateat ἀνατρίψεως nomẽ veteribus vſitatius, τρίψεως recẽtioribus magis vſurpari. [nos latinè frictione, frictu, perfrictione, promiſcuè legẽtiũ venia vtamur.] Variũ autẽ fieri manuũ tum iniectũ, tum circũactum velim, quò videlicet vniuerſæ, quoad fieri poteſt, muſculorum fibræ omni ex parte fricentur. Siquidẽ eius ſentẽtiæ eſſe, quaſi tranſuerſa frictio (quam etiã rotundã aliqui vocant) duret, denſet, contrahat & cõſtringat: recta cõtrà rarefaciat, laxet mol-

Non eſt in græco.

fiat,& resoluat corpora:eiusdem planè in-
scitiæ est,cuius cætera,quæ plerisq; gym-
nastarum de frictione tradũtur. Nam qui
plus de frictionum virtute afferat, quàm
quæ Hippocrates in eo libro prodidit quẽ
κατ᾽ ἰητρεῖον inscripsit, nemo planè est. Ait
enim dura frictione ligari corpus, molli
solui,multa extenuari,mediocri crassesce
re. Habent verò se eius verba ad hunc mo-
dum: [Frictio vim habet soluẽdi,ligandi, 1
carnem augẽdi,minuẽdi. Nempe dura li-
gandi,mollis soluẽdi,multa minuẽdi,me-
diocris carnẽ augẽdi.] Quatuor enim hæ
genere differentiæ,ex quadruplici omnis
frictionis,tum virtute,tum vsu oriuntur.
Quòd si medias quoq; harum,quæ vnà cũ
iis intelligendas se exhibent, annumeres,
sex in vniuersum differentiæ existent. Vn-
dénam igitur plurimas neotericorũ gym-
nastarũ succurrit,tam numerosas frictio- 2
num differentias prodere,quas vel nume-
ro cõprehendere facilè nõ est. Non aliun-
de certè,quàm quòd logicæ cõtẽplationis
planè expertes, cum propriis frictionum
differentiis,externa, alienaq; imprudẽtes 22
nonnũquam cõtundunt. Interim etiã illa
quibus singulæ frictiones peraguntur,
adiiciunt,interim tum iustas ipsas inter se
frictionũ differentias cõnectũt : tum verò
cum

cum his, etiã quas ipſi perperam excogitarunt. Quũ enim dicant frictiones inter ſe 1
diſtare, quòd aliæ ſub dio fiãt, aliæ ſub tecto, aliæ in admiſta vmbra, rurſus aliæ in perflato loco, aliæ in tranquillo: item aliæ in calido, aliæ in frigido, aliæ in ſole, aliæ in balneo, aliæ ante balneũ, aliæ in palæſtra, talemq́; catalogum faciunt: ſanè non proprias frictionũ differẽtias afferunt, ſed ea, ſine quibus qui fricatur eſſe nõ poteſt, inculcant, quippe quẽ neceſſe omnino eſt, in aliquo terrarũ loco eſſe. præterq; locũ, vel æſtate, vel hyeme, vel alio anni tẽpore.
Quum verò ita diſsidere dicant inter ſe 2
frictiones, quòd aliæ cum copioſo oleo, aliæ exiguo fiãt, aut prorſus ſine oleo, idq́; vel manibus tantũ, vel etiam cũ puluere, vel per lintheum, atq; hoc vel aſperũ, vel lene: cauſarum planè, quibus frictio dura, mollisve efficitur, enumerationẽ faciunt. Ex quo nimirum cauſarum eſt genere, & quòd ipſe fricantiũ manus duræ, aut molles ſint: item validè premãt, blandéve ſint
admotæ. Tertia ſpecies quam afferunt hi, 3
qui multas frictionũ differẽtias autumãt, inde naſcitur, quòd omnia iã dicta inter ſe per coniugationes quaſdã copulãt. Qui itaq; ex his, aut externas rerum circunſtãtias, aut verarũ differentiarũ cauſas inter

ſe copulant,facilè deprehẽduntur parũ rectè ſentire. Qui verò ex propriis,& ſynceris differẽtiis coniugationes nectũt,horũ non adeò facilè deprehenditur error,imo nonnulli ſapientiæ quoq; laudẽ retulerũt, Hippocrate ipſo plus aliquid inueniſſe crediti : quorũ eſt Theon gymnaſtes , qui rectiùs quàm Hippocrates ſenſiſſe de frictione eſt viſus. Nã quũ is in modo cõprehenſis verbis,in ea differẽtia quæ ex qualitate ſpectatur,mollẽ,& duram:in ea verò quæ ex quantitate,multam,& mediocrem collocet. Theõ qualitatis quãtitatísve minimè faciendã mentionẽ ſeorſum cenſet, ſcribens cũ alibi,tum verò in tertio gymnaſticorum hunc in modũ : [De frictione præcipientes,†placet quãtitates ſemper cũ qualitatibus coaptandas eſſe. Per ſe nanq; imperfectiores ſunt,quàm vt aliquis ſucceſſus ex ipſis proueniat,quippe mollis frictio pro quãtitatis modo,triplex opus efficit. Pauca enim leuiter carnẽ remittit,ac facilè contrectabilẽ ſiue tactu mollẽ reddit:multa euaporat & liquat: mediocris laxa & fluida carne implet. Simili modo dura pro quantitatis ratione,totidem numero effectus reddit. Multa nanq; adhibita, contrahit, cõſtringitq; corpora,& phlegmone perſimile quippiã relinquit : mediocris

†Mendosè legitur in græc.codi. impreßis ἀρκίσκει *pro* ἀρέσκει.

eris implet imminuta,& euidẽter circun-
ſcripta expreſſaq́; carne: exigua verò in
ſumma cute ruborẽ ad tẽpus excitat.] Nõ
cenſet autẽ de dura per ſe & ſeorſum quic-
quam gymnaſtæ præcipiẽdũ, ſed ei quãti-
tatẽ adiungi debere, ſi quis paulò cõmo-
dior ex artis opere ſucceſſus ſit futurus. Pa
ri modo nec de molli, per ſe ſeorſum quic-
quam nũc tradendũ exiſtimat. Neq; enim
adhiberi vſquam poſſe mollẽ frictionem
tãtũ,& quæ nec multa, nec exigua, nec me
diocris ſit. Deinde memorat quæcũq; per
coniugationem in corporibus noſtris na-
turaliter efficiunt: vtiq; paucam cũ molli
remittere leuiter,& mollẽ reddere pronũ-
tians, vbi aliud planè nihil quàm quod
Hippocrates verbo ſoluere ſignificauit,
aliis verbis interpretatur. Quippe laxare
carnem, & mollẽ reddere, quid aliud eſt,
quàm ſoluere quæ colligata,& coacta fue
re? Adiecit verò ſermoni, leuiter, ſiue quo-
dam modo, nõ genus actionis immutans,
ſed quantitatẽ eius definiens. Mollit enim
quum exiguè adhibetur eiuſmodi frictio,
quandoquidẽ ſi ampliùs ſit adhibita, mol-
lit quidem & tunc: cæterũ largius. Quod
ergo nec magnopere, nec mediocriter, ſed
exiguè remittit, mollitq́ue corpora, exi-
gua ac mollis frictio, per verbũ illud leui-
ter,

ter,quod adiecit,declarat. Ne hîc quidem per hoc ſaltem,his quæ Hippocrates præcipit, quicquam tradens magis amplum, æquè nec quum mediocrē,& mollē addere corpori,inquit,laxam & fluidam carnē. Nam quoniam mediocris idcirco carnem augebit: quoniam mollis, ſoluet,hoc eſt planè molliet: id quod tantundem eſt,ac laxam & fluidam carnē efficere. Erat autē huius officium, ſicuti de his rectè præcipit,ſic & quum de multa ſimul & molli diſputat, non id modò dicere, quod halitu digerere,ac liquare poteſt,ſed qualem etiā carnem relinquit, apponere. Non enim ritu ignis vniuerſam ſubſtantiam exhaurit liquatq;,ſed aliquid omnino relinquit. Id igitur quod relictum eſt,qualénam demum ſpecie ſit, adiectum (arbitror) ſermoni oportuit, neque tantùm multæ frictionis proprio effectu poſito,mollis opus omiſſum. Quòd igitur multa euaporat, etiam ab Hippocrate priùs dictum eſt. Verùm non abſolutè de multa Theon ſermonem inſtituit,ſed per cōiugationē docendum eſſe cenſuit,vtiq; à prima auſpicatus, nempe exigua & molli:pòſt ſecundā aggreſſus, mollem & multam: inde tertiam memorans,mollem ſcilicet & mediocrē. Sicuti igitur in prima cōiugatione & ter-

tia,proprium qualitatis effectũ non diſsimulauit,ita nec in ſecunda ſuppreſsiſſe eũ decuit,quin hic quoq; docuiſſet, multam ſimul, & mollem frictionem, non modò euaporare,ſed etiam mollem carnẽ reddere. Niſi fortè id quod liquare dixit, pro mollire audiendũ eſt: atque ita quidẽ verum ſit,quod dicit.Cæterùm ſic nõ modò Hippocratis doctrinã nõ accuſat,ſed multò maximè confirmat. Etenim ſi mollis frictio ſemper molle, tenerumq́; corpus reddit,ſiue ea exigua,ſiue multa,ſiue mediocris ſit(tum illi ex quantitate aliquid accedit diuerſum) inſeparabilis planè à molli frictione erit molliendi facultas: ſicuti à dura certè vis durandi,coquẽdi, cõſtringendi,ligãdi,denſandi, aut tactu duram reddendi, aut quomodocunq; aliter eandem rem interpretari malis. Quippe primum & proprium nomen, ita affectæ carnis eſt duritia, vt eius,quæ diuerſæ afficitur,mollities:quanquam etiam reliquorum quæ dixi nominũ, quolibet vti licet. Et rationem quidẽ cur tam variis nominibus vnam interpretari rem liceat,paulò pòſt apponemus. Nunc quoniam controuerſa res non eſt, cauſam eius ad præſens ſaltem differamus. Quòd autem mollem frictionem neceſſariò cõſequitur, vt cor-

pora molliat,id planè clarũ ex iam dictis est. Nã si nec qui multa ea,nec qui exigua, nec qui mediocri vsus fuerit, durum vnquam corpus reddiderit,perspicuũ est molliendi vim nusquam ab ea seiungi, sicuti nec à dura,colligendi & durandi. Quippe quum hãc quoq; siue paucã,siue multam, siue mediocrẽ adhibeas,nunquã quantitatis illius ratione corpus mollias, sed semper duritati plus minúsve adiicies, scilicet vberius perfricãs plus parcius verò,minus. Quòd si paucis omnino,durisq; frictionibus cõtẽtus fueris,duritia quoq; pro portione respondebit. Sicuti enim qui igni se admouit,semper calefit,siue exiguo tẽpore id facit,siue diu:sed magis, qui diutius appropinquat:minus,qui breui spatio:minimè verò,qui tãtũ accesſit:ita in frictione quoq; corpus semper pro ratione afficitur:à molli,emollitũ:à dura,duratũ:nõ tamẽ pari semper mẽsura,sed à pluscula, magis:à parciore, minus:à plurima,maximè à minima,minimè. Theon ergo quum de molli,simul & copiosa frictione disputãs, euaporare,liquareq; eã dixit(siquidẽ ꝑ liquare verbũ †inanire intelligit)aliud planè nihil significauerit,q̃ euaporare: quare bis idẽ dixerit,prætermiserit autem quod necessariò fuerat addẽdũ,nẽpe eum affe-ctu

†Mendosè legitur in græc. cod. impreſsis.

ctũ,qui ex molli frictione in corpore relinquitur: sin mollire, soluere, remittere, aut aliud quippiã eiusmodi dicere velit, sic sanè, reliquerit quidem nihil: cæterùm ea, quæ Hippo. sunt, minus idonea docẽdi ratione explicasse deprehenditur. Quòd itaque eiusmodi docendi modus deterior sit, eo quo vsus Hippocra. est, paulò pòst ostẽdã. Quòd verò si liquare pro eo, quod est mollire, accipit, nihil his quę Hippocrates antè prædixit, amplius prodidit, planè manifestũ est. Nã quum ille præcipiat mollẽ soluere, multam extenuare, quis nõ facilè colligat, qui præsertim mentis sit compos, eam, quæ ex molli multaq; pariter cõposita sit, extenuare simul ac mollire? Verùm nõ videtur ita sensisse Theon: sed quod in primo gymnasticorum vnico verbo extenuare dixit, id in tertio duobus extulit, nẽpe euaporare, ac liquare. Habent verò se eius verba in primo ad hũc modũ: [Contrariarũ verò, mollem, quidẽ si multa sit, extenuare corpora: sin mediocris, carne implere, vtiq; delicata & fluida.] Aptè enĩ hoc loco, mollẽ simul, & multã frictionẽ extenuare corpora confirmat. Quòd autem necesse fuerat, non solùm multæ frictionis proprium effectum, sed etiam mollis tradere, ipse quoque Theon per ea, quæ

κινεῖν, id est mouere, pro κενεῖν, hoc est euacuare.

ſubiecit,oſtendit: in quibus quum de dura præcipit,cõſtringere multam, coartareq́;, & phlegmone ſimile quippiam parere ait. Quippe quod moderata quantitate adhibita poſſedit,id copioſius adaucta, magis obtinuit. Omnes ergo duram mediocriter adhibitam,dura carne implere fatẽtur:ita vt è diuerſo, mollem mediocriter adhibitã ipſam quoq; carne implere, ſed ea molli. Accidit verò Theoni, quum de molli ſimul,& multa frictiõe ſermonem faceret, nullum mollis effectum prodidiſſe,rurſus quum de multa ſimul & dura,nullũ†duræ expoſuiſſe. Nam ſi liquare, inanire, & digerere,pro eodem accipit:de multa quidẽ aliquid dixerit ,de molli planè nihil: quẽadmodum etiam in eo,quod de dura,multaque ſcribit, duram quidem conſtringere,liquare,& phlegmone aliquid perſimile facere affirmat, quantitatis verò planè nihil meminit: tametſi par fuerat, de hac quoque aliquid dixiſſe:nam illud confeſſus eſt,ſi mediocriter ſit adhibita, obeſitatem facere. Quid igitur efficiet multa, ſi †ſupra mediocrem ſit adhibita? prorſus enim aut illius affectũ tuebitur, aut alterabit. Sed ſi qdẽ ſeruabit,certè multa frictio ſupra mediocritatem adhibita, nihil plus adiiciet:ſin plus aliqd efficiet,aut minuet

† Græci codi. habent μηδὲν τῆς πολλῆς. ideſt, nullũ multæ.

† In græc. eſt μετὰ ideſt,poſt.

car

carnē,aut adiiciet,verū ſi minuet,extenuabit:ſi adiiciet,carne implebit:atq; nō adiicit carnē:extenuet ergo neceſſe eſt. Verùm Theō de hac differētia nihil meminit, ſed omnino ſubticuit:minimè planè definiēs, extenuet'ne dura copiosè adhibita, an carnē augeat,an ſeruet eundē, quē ex mediocri accepit,carnis modū:ſed tātùm ꝙ conſtringit,coartatq;,& plegmone ſimile qd faciat,confirmans. Conueniebat autē non hoc modo dicere,ſed etiā quòd emaciat. Apparet ergo Theonem, aut Hippocratis artem hoc loco non intellexiſſe,aut hominem laudare noluiſſe:qui tā breui ſermone omnes nō ſolùm differentias frictionū dixerit, ſed etiam vniuſcuiuſque opus, & vires. Nā qui tranſeunter, veluti canis Nilum,verba eius delibat,quatuor eū duntaxat meminiſſe arbitretur. Verùm nō ita ſe res habet:imò alias duas neceſſariò in iis, quas dixit,ſubauditas inſinuauit: in qualitatis differentia,duræ molliſq; mediā,quę nimirum mediocris eſt: in ea verò, quæ à quantitate accipitur exiguam:quando exiguam aliquā neceſſe eſt copioſæ eſſe contrariam. Porrò antiquę interpretatiōis formula,ita eſt breuis,vt non pauca ſæpe,ipſa ſaltē dictione,præterire videatur, quæ tamē neceſſariò dicta ipſa ſequūtur. Quam-

obrem (arbitror) etiam enarrationes scribimus, quæ veluti præeant iis, qui parũ exercitati antiquæ dictionis celeritatẽ assequi nõ valent: veluti in hoc ipso loco facimus. Si nanq; dura ligandi, mollis soluẽdi vim habet: quæ supra modum † soluta corpora sunt, ea duriter planè fricãda sunt, contrà, quæ cõstricta sunt, molliter: [quæ modicè se habent, nec molliter,] nec duriter, sed quatenus fieri potest, vtroq; declinato extremo. Egregius verò videlicet Theõ primùm in eo fallitur, quod neq; mediocris qualitate frictionis vires tradidit, neq; vsum: sed semper ita præterit, tãquã nulla sit: verùm de hoc paulò pòst agemus. Sicuti verò in iis differẽtiis, quæ in qualitate spectantur [ex quãtitate] nõ solùm dura, mollisq; cõsistũt, sed etiã media: ita & in iis quæ ex quãtitate ducũtur, nõ solùm multa, & pauca, sed etiam media noscitur. Cur igitur in iis, quæ ex qualitate trahũtur, mediã omisit Hippocra. in iis quæ ex quantitate exiguã? Temere id fecisse videri fortasse cuipiam potest: oportere enim, in iis quæ cõpendio tradũtur, summis inter se cõtrariis res definire: quod horũ mediũ sit, atq; mediocre, trãsire: vtpote quod ex summis ipsis vltrò sit noscendũ. Ipse igitur tum hoc docere, tum senis sententiã clariorem red-

† Mendose legitur in græc. cod. impreßis ἐκλύεται σώματος, pro ἐκλέλυται σώματα.

der

dere conabor,rem planè hoc loco non neceſſariam(quũ quæſtiões id genus in enarratoriis libris ſoluere ſoleam) ſed quoniã ſemel huc deſcẽdi,vt pro Hippocrate imperitis iſtis reſpõdeam,in quibus ipſi falſi, rectè præcipientem calumniãtur,nõ pigebit hoc quoq; adieciſſe. Quum igitur duo ſint toto genere inter ſe diuerſa,atque diſiuncta, ſi modò id quod facit, ab eo quod fit genere diſpeſcitur: frictiones quidẽ ex eorum numero ſunt,quæ faciunt:qui verò ab his in corpore relinquũtur affectus, ex iis quæ fiunt. Quare contrarietates quoque alias in frictionũ genere, alias in affectuum:qui ab iis proueniũt, neceſſe eſt ſtatui.In frictionũ genere, tum durã & mollem,tum multam & paucam.In affectibus verò,& eam quæ veluti colligatio, & ſolutio corporum eſt,& gracilitatem ac craſſitudinem.Ac prior quidem affectuũ contrarietas,ex priore frictionum contrarietate naſcitur: ſecunda non item. Euenit enim in hac , vt gracilitas proueniat ex multa,carnis incrementum, ex mediocri: quippe pauca augendæ carni nõdum ſufficit:quòd videlicet id quod carnis incrementum accipiet, & ſanguinis moderato acceſſu,& valida virtute eget: quorũ vtrũque mediocris frictio commodè præſtat,

pauca neutrũ,nec abundè,nec ſatis. Quoniam igitur non in idem coïbant frictionum,affectionumq; cõtrarietates, coëgit verò eum compẽdiaria docendi ratio,per contrarietates poſitas ſermonem abſoluere: vtiliore contrarietate accepta, minus vtilem conſultò omiſit. Porrò vtilior ea eſt,quæ in affectibus,quàm quę in frictionibus ſpectatur:idque duplici ratione aſſeritur,vna quæ ab artis fine ſumitur, (quippe frictiones ad corporis affectum, ceu finem diriguntur:finis enim iis,quæ præ ſe, ſemper eſt præſtantior: quanto nimirum id cuius gratia,iis,quę ipſius gratia,fiunt.) Altera quæ à claritatis ratione accipitur. Intellectis nanque multæ,& mediocris affectibus,facillimum eſt exiguæ opus contueri:nõ perinde tamẽ mediocris frictionis perſpicua vis eſt. Quinetiam tertium hoc ipſo de frictionibus ſermone belliſſimè docuiſſe Hippocratẽ inuenias, præcedere nanque eorum doctrinam oportet, quæ liquidò peragi cernuntur: ſequi verò eorum,quę minus liquidò,& obſcurè:idq; ſiue de iis expreſsis verbis ſcripſeris, ſiue lectoris ea intelligenda relinquas. Eſt verò euidens,atq; in aperto mediocris frictionis opus,ipſum ſcilicet carnis incrementum:obſcurũ verò paucæ: quippe quæ nec

auget,nec minuit carnē,nec omnino euidens aliquid videtur efficere,nisi quòd parum calefacit,at id omnis frictionis commune opus est. Quare quum neq; euidens aliquid efficit,& quod facere videtur,proprium eius nō est,sed omnis frictionis cōmune:nō sine causa est (vt arbitror) omissa. Quòd igitur omnis frictionis calorem accendere cōmune opus sit, nō satis quod ab Hippocrate prodatur, dignũ præceptũ est.Quid verò quæq; frictio propriũ efficiat,id vt Hippocr.necesse tradere, ita nobis certè vtile erat discere. Reductis enim veluti in elemēta simplicibus differentiis, vniuersam frictionum rationem absoluit, quēadmodũ carnem adiicias, quemadmodum detrahas,quēadmodum corpus mollias, quēadmodũ cōstringas. Cùm his vnà protinus se promũt,tũ media earũ opera, tum ea,quæ per coniugationē faciũt. Media,quum neq; ligare corpus,nec soluere, nec carnē augere,nec minuere studemus: quæ per cōiugationem,quũ, verbi gratia, pariter colligare, & carnem addere. Quis enim non videat,quum durã carnem adiicere corpori volumus, frictionem duram vnà cum mediocri modo esse petendam: veluti quum mollem addere studemus,frictionem mollem,& quãtitate mediocrem

adhibēdam:& per alias coniugationes ad portionē? Quas nōnulli gymnaſtarū tanquā ſua ipſorū inuenta tradentes, dū Hippocratem accuſant, ipſi vehemēter delinquunt:& quòd eū qui de his primùm præcepit,merita laude fraudant: & quòd quū eius inuēta ſibi tribuāt,etiam (quod atrocius multò eſt)calumniari hominē nō dubitant. Accedit quòd nec ſimplices differētias aptè inter ſe alternāt. Decuerat enim (arbitror)eū,qui rectè ad particulares cōplexiones deſcendere voluit,nec vniuerſas ſenario numero comprehendere, veluti Theon facit:nec aliquod eorū propriū vel quantitatis, vel qualitatis opus omittere: quēadmodum in mollis ſimul, & multæ, opus mollis:in duræ ſimul & multæ, effectū multæ prætermiſiſſe eū oſtēdimus:ſed has quoq; adieciſſe, & particulares coniugationes nouē feciſſe. Quippe tres, quæ à qualitate frictionū ſumūtur differētiæ,ſi eas tribus,quæ à quātitate ducūtur,iunxeris,nouē cōiugationes effeceris: ſex quæ à Theone ſunt poſitę:in iis quæ paulò ſupra memoraui verbis: & tres, quæ ab eo ſunt prætermiſſę dū mediā mollis,durę́q; omiſit:quanquā ne intelligere quidē neq; mollē frictionē, neq; durā fas eſt, vt nō ſimul intelligatur & mediocris.Cui ſi tres quan-

tit

titatis differentias iũxisset, nouem ita vniuersas frictionũ differentias effecisset, nõ sex. Eas ipse nũc in descriptione exponã: in qua duorum versuum, qui supernè deorsum pinguntur, priorem, qualitatem intelligi volo: secundum, quantitatum.

Qualitas.	Quantitas.
Dura	Pauca Multa Mediocris
Mollis	Pauca Multa Mediocris
Mediocris	Pauca Multa Mediocris
Quantitas.	Qualitas.

Paulus Aegineta.

Multa Multa Multa	&	Vehemens Leuis Mediocris
Pauca Pauca Pauca	&	Vehemens Leuis Mediocris
Mediocris Mediocris Mediocris	&	Vehemens Leuis Mediocris

Nouem harum, quas deſcriptio cōple-
ctitur coniugationū, quum Theon ſex pri
mas tradidiſſet, reliquarum triū certè non
meminit, ipſe ſecū manifeſtiſsimè pugnās.
Si enim exiguæ, ac multæ media quædam
eſt, quam mediocrem vocamus: etiā mol-
lis: duræq; altera certè media erit, quā me-
diocrem, moderatamq; appelles. Sanè me-
miniſſe per omnem ſermonē cōuenit, hæc
omnia in reſpectu collationeq; dici, quā-
do, quæ huic dura eſt, alteri pro molli ſit:
& quæ mediocris, immodica: & quæ pau-
ca, multa: & quæ alii multa eſt, aliter quo-
dammodo affecto ſit pauca, hoc verò &
Theō fatetur: Nec fieri ſanè poteſt, vt qui
mediocrē† in quantitate frictionem præ-
terit, non longè aberret. Ac mihi quidē vi-
detur Theon inde adeò in hunc errorē la-
pſus, quòd Hippocrates de ea frictiōe ſub-
ticuit, adeò, vt hinc deprehendatur, nihil
proprium & ſuū de frictione Theon pro-
tuliſſe, ſed perperam Hippocratis inuenta
tractaſſe. Non enim à pueris ſtatim orſus,
& ſub præceptore ſenis ſcripta plegit: quū
fateatur ipſe primùm athleta fuiſſe, dein-
de hoc exercitio depoſito, ad gymnaſticē
ſe cōtuliſſe. Atque hæc, medius fidiùs, non
quò hominem vituperem appoſui, quem
alioqui inter primos gymnaſtas cēſeo, ſed
quò

† ἐν ποιό-τητι est in græ. id est qualitate.

quò iſta lecturos doceam, haud facile eſſe veterum libros intelligentia conſequi, ſi deſint qui ea curioſè enarrent. Nam quòd ex priſcæ breuitatis dignitate fuerit, duræ mollisq́; frictionis mediam ſilentio præterire, id anteà nobis iam dictũ eſt. Quod autem talia à nobis pręteriri non debeant, id quoq; & oſtenſum priùs eſt & nunc nihilo ſecius oſtendetur. Si enim tam mollis frictio, quàm dura in reſpectu collationeq́; non ſolùm ſubſiſtentiam, ſed etiam intelligentiam ſui habet: etiam mediocrem in ſimili reſpectu collationeq́; cõſtitui neceſſe eſt. Finge ergo tale eſſe corpus, quale propoſiti nobis in hoc libro pueri eſſe pręſumpſimus, ſanum prorſus, & omnis exceſſus medium, ita vt neque molliorem hũc effectum velimus, neque duriorem, ſed nec carnis eius modo adiectum quicquam detractúmve. Num igitur ita ſe habenti corpori, aut duram, aut mollem frictionem admouebimus, aut etiam multã, aut mediocrem? Ego planè quamlibet harum inutilem cenſeo: quippe quum à dura durius, à molli mollius, à multa gracilius, à mediocri craſsius reddetur: quorum nullo illi eſt opus, imò priſtinã potius mediocritatẽ ad vnguem ſeruari. Quare neque duriter id, neque molliter, †neq; multis frictionibus

†Græ. codex habet οὔτε πολλαῖς οὔτε ὀλίγαις, ἀλλὰ μετρίαις ἀνατρίψεσιν αὐτὸ τρίψομεν, id eſt, neque multis, neque paucis, ſed mediocribus frictionibus ipſum infricabimus.

ne

neque quantitate mediocribus, ſed [paucis & qualitate] mediocribus, infricabimus:] nihil vltrà moliti, quàm vt ad exercitatum præparemus: ac rurſus quũ iam ſatis exercitatũ ſit, apotherapia curemus. Vocetur autem nobis, ſicuti recentioribus gymnaſtarum, apotherapia, ea frictionum portio, quæ poſt exercitationem adhibetur. Sanè Theon nullam ex iis, quas protulit, coniugationibus, eiuſmodi corporis naturę accõmodare poteſt, quum ſex in vniuerſum nominauit: priores tres, mollis: reliquas, duræ: & neq; mollium cuiuſquam eiuſmodi corpus egeat, neque durarum, ſed eius quæ harũ media ſit, quam ſcilicet mediocrem in qualitate, †dixiſſe par eſt, liquidoq́; patére iam arbitror, quãtopere lapſus Theon ſit, mediã duræ mollisq́; præteriens. Siquidem ad optimum ſtatum corporis nullam harũ, quas protulit, coniugationũ, accommodare fas eſt, nec quũ integra planè valetudine corpus fruitur, nec etiã ſicubi corrigi poſtulat. Quippe vbi planè valet, ſola pręparatoria frictione eget: quã exiguam, ac mollis duræq́; mediam eſſe oſtẽdimus. Vbi iuſtò gracilius craſsius've effectũ eſt, non tamẽ in qualitate alterata caro quicquam eſt, ſed planè mollis ac duræ mediũ modum ſeruat, ſiquidem emaciare ſtudemus,

†In veteri græ. codic. addit. καὶ ποσότητα. i. & quãtitate.

mus, & multam, & qualitate mediocrem adhibebimus:*ſin reficere,tum qualitatis, tum quãtitatis ratione mediocrẽ.Has tres conrugationes vltimo loco,pòſt ſex in deſcriptione expoſui hoc conſilio, vt omnes eas à Theone prętermiſſas indicarẽ.Quoniam igitur nõ ſolùm prætermiſſas ab eo, ſed etiam vtiliſsimas eaſdem prætermiſſas diſputatio noſtra docuit:deinceps tẽpeſtiuum arbitror,ad ea,quæ paulò antè diſtulimus,reuerti:ac primũ illud,quòd doctrina ea, quæ per rerũ elementa traditur,cæteris ſit vtilior:quippe quæ & ſub compen dium rem omnem cogit,& memorię affigit, & reminiſcentiæ facilè ſuggerit, ac omnium,quæ ſingulatim agentur,rectum vſum promptè † ſuppeditat,ceu ad pauca, & certa elementa referẽs. Quis enim non facilè membratim frictionũ differentias, vſum,ac vires inueniat, ſi ſemel intellecta ſenis ſentẽtia,poſteà dictionẽ eius memoriter teneat,qua videlicet docet cõſtringere quidem frictionẽ duram, ſoluere mollem, corpus adimere multam, augere mediocrem poſſe? Ex horum nanque notitia ac memoria,primùm ſanè, quæ omiſſæ in verborum contextu ſunt, differentias inuenias: mox omnibus inter ſe cõplicatis, nouem coniugationes efficias, quas paulò

*In veteri græ.codic.addit. σαρκῶν δὲ, τὴν ὀλίγην τε ἅμα καὶ σύμμετρον κατὰ ποιότητα. id eſt, ſi verò carnem adgenerare,paucã, ſimul & qualitate mediocrẽ. Hæc autẽ neceſſariò eſſe adyciẽda oſtẽdimus in noſtris annotatiõibus.

†Mendoſè legitur in græ.cod. impreſſis.

δεομένων, pro δεχομένων.

ſupra deſcriptione ſumus complexi, quas neque inueniſſe, neque memoria tenuiſſe, promptum ſit, niſi quam Hippocrates, tradidit, elementaris doctrina præceſſerit, omnium frictionũ ratione in prima principia reducta. Ex quibus prorſus inuentis, non ea modò, quę nũc ſunt inuenta, nobis ſuppeterent, ſed etiam omnẽ corruptam doctrinã iudicãdi facultas ſupereſſet. Quippe id methodi, id eſt (ſicut veteres interpretantur) viæ & rationis propriũ maximè eſt, vt ex paruo elementari principio ad ſingula membratim peruenire poſſis: tum quicquid perperàm eſt dictũ: ſcientificis id theorematis, veluti regula quapiã examinans iudices. Quod igitur neq; alius quiſquam rectè de frictione ſenſit neque Theõ ipſe gymnaſtes, tametſi eruditiùs cęteris, de ea locutus, ſed Hippocrates, & qui eũ ſunt ſecuti. Satis hæc ſunto. Supereſt ex iis, quæ ad hũc locũ diſtulimus, vt de nominibus ipſis diſſeramus: ne quis eorũ numero deceptus, pares numero affectus cũ ipſis appellationibus, exiſtimet. Duri enim vocabulũ de quadã corporis affectione propriè dicitur, quã nec interpretari quidem quale ſit, pluribus eſt opus nemine vel ex voce ipſa non ad rei notitiam perducto: ad eundem modum & mollis vocabulum. At

rar

rari & densi vocabula non perinde euidenter ipsos corporis affectus significant: propterea quòd duplex eorum nominum vsus obseruatur: alter eorũ, qui propriè loquũtur, alter abutentium. Ac propriè quidem rarũ accipimus, quod meatus, quos Græci πόρους vocant, magnos per totum obtinet: sicuti è diuerso, densum, quod eosdem paruos. At per metaphoram, siue abusum, siue quocunque alio genere appellasse libet, de laxo, coactoq; hæc ipsa vocabula dici audias. Hac enim ratione, & aërem, & ignem aliquando raros dicimus, aquam & terram densas, scilicet ad elementa ipsa translatis appellationibus, quæ tamen & vnita sunt, & ex similaribus natura partibus constant, nec vllos eiusmodi meatus obtinent. Multò his longius à proprietate recesserunt illa quæ per metaphoram ambo sunt dicta, nempe constrictum & colligatum, illud de denso & duro: modò vtroque seorsum, modò in eodem, ambobus repertis: hoc rursus de iisdem dicimus, non tamen eadem metaphora. Nam quoniam omnia, quæ colligata sunt, eadem ad motum impedita sunt, ita nimirum nominarunt & quæ ob siccitatẽ, frigus, phlegmonẽ, scirrhum, tensionem, repletionem, aut pondus, ægrè mouentur. Eandem ob causam

ſam,& contrariis horũ nominibus in contrariis affectibus vtuntur, remitti, aut reſolui, aut laxari, dicentes. Oportet autem non nominum inſpicere numerũ,ſed affectuum genera duplicia in totũ eſſe exiſti-
1 mare: alterũ,quod in ſimilaribus ipſis obſeruatur, de quo molle, durúmve dicitur:
2 alterum, quod in inſtrumentalibus meatuum ratione conſiſtit, quod denſum eſſe, vel rarũ dicitur. Hi nanq; corporum ipſorum proprii affectus ſunt,accerſiti verò,& (vt ita dicã)temporarii, quòd aliàs meatus ipſi ſuperuacuo humore implentur, aliàs ſunt mũdi,& modò patentes, modò cõniuentes.Verùm de his affectibus in ſequen- 1
tibus libris agemus. Nunc ad propoſitum redeundũ, ac primùm clariùs adhuc de frictione ipſa differendum:nempe quòd hæc ipſa interdũ per ſe corporibus noſtris cõmodum affert:interdum iis,quæ commo- 2
dum afferũt,ad eum ſanè modum ſubminiſtrat, quem Hippocrates de deligando tradidit,his verbis: [Deligatio partim ipſa ſanat, partim ſanantibus ſubſeruit.] Ipſius igitur frictionis effectus ſunt,& quòd rara 2
denſat,& mollia durat, dura verò hæc eſſe omnino poſtulat,prǫtereà quòd dura mollit, & denſa laxat: hæc contrà mollis ſit oportet. Pari modo & quæ carnis augen-
dæ

dæ,minuendæ've cauſa ſuſcepta eſt,vtraq; per ſe vtile aliquid corpori cõfert:quæ tamen ad exercendũ corpora præparat,item quæ poſt exercitationẽ adhibetur,hæ exercitationibus ſubſeruiunt.Illa modicè calefaciẽdo tenues meatus recludens, & ſimul excremẽta, quæ caro cõtinet, fluxilia reddens,& ſolidas emolliens:appellant autem huiuſmodi frictionem præparatoriã. Altera ἀποθεραπευτικὴ græcè dicitur, latinè recuratoriã ad verbum appelles: hæc cum pluſculo oleo adminiſtrata, ſimul pinguitudine humectat, & ſolidas emollit, † & quæ in corporis meatibus cõtinẽtur, euaporat. Verùm de hac pòſt dicemus, quũ de exercitatione egerimus. Sed præparatoria frictio in optimi ſtatus natura,calfaciendi corporis cauſa ſuſcepta, prout ſuprà traditũ eſt,fiat mollis primùm: mox verò exercitationẽ aggreſſuro dura: ita nãq; maximè & mollire poterit,& ad exercitationes excitare, & corporis naturam, qualem ab initio accepit, ſeruare. Quòd ſi quid aberratum ſit,ad durum id potius ſpectet:Nam qui breues à modo receſſus ſunt,hi cute tenus finientur, nullo interiorum alterato, minus verò lædetur ipſa cutis, ſi ad durum ſimul & denſum receſſus, à modo propẽſi, quippe ita iniuriæ minus opportuna fiet.

†In veteri græco cod. eſt καὶ τι διαφορεῖ τῶν ἐν τοῖς πόροις περιεχομένων. i. & aliquid eorũ quæ in meatibus cõtinentur euaporat. Mendosè alij hũc locũ legunt.

Adeò ſi tranſpiratio per huiuſmodi cutim facilis eſſet, dēſiſsimam eam duriſsimamq́ue efficeremus. Nunc quoniam ad vtrũque munus probè eſſe comparatam oportet, & excrementa, quę intus condũtur, per halitum emittẽda, & foris propinquãtium violentiam tolerandam: vtiliſsimus ſanè fuerit medius inter vtrunq; exceſſum modus. Qui ſi quando fortaſſe nõ ſeruabitur, melior vtique fuerit, qui ad durius denſiusq́ue pertinebit, quàm qui ad mollius laxiusq́;. Nam tranſpirandi defectum, exercitio ſarcire licebit: alterius verò affectus vitium, quod eſt ad externorum †iniuriam, opportunitas, neque aliâs corrigi facilè poteſt, affertq; prætereà cõiunctum incommodum non paruum, euaporato ſubinde non excremẽto modò, verùm etiam ipſius corporis nutrimento. Ergo in iis differentiis, quæ à qualitate ſumuntur, aberrare ſatius eſt verſus eam, quæ durior eſt, quàm eam, quæ mollior. In iis, quæ à quantitate ducuntur, in propoſita ſaltem natura, & ætate, ſi quid delinquitur, verſus id, quod minus eſt, id eſto. Semper enim eius in præſenti diſputatione meminiſſe oportet, augendi eiuſmodi corpus, haudquaquam ſiccandi, ſtudium eſſe propoſitum. Quas verò corporum naturas, & quomo-

do

†Mendosè legitur in græ. cod. impreſsis μίαν, pro βίαν.

do affectas, amplius fricandum sit, posteà dicemus. Nunc ad propositam materiam reuersi, de mensura ipsa frictionum agamus ad eundem modum quo paulò antè de qualitate egimus. Conuenit autem hoc loco, vt prius quàm mensuram definio, alterius cuiusdam æstimandi mentionem faciam, sine cuius notitia, mensuram ipsam nec definiuisse rectè licet, nec nouisse, Est verò quod æstimandum censeo, aëris qui fricandum corpus continebit, temperies, quam vtique in re ipsa monstrare licet: explicare oratione aperte ita, vt interpretationis †euidentiæ nihil desit, planè non licet, sed est prorsus inexplicabilis, verùm si non adeò multùm orationi de rei euidentia desit, abundè fuerit. Præcedit verò hanc & alia quædam consideratio, nempe quo anni tempore, & in quónam orbis loco exercitandum statuemus. Duo enim hactenus de eo tãtum definita sunt, corporis status, & ætas. Vbi'nam autem aut altus hactenus fuerit, aut exercitãdus nunc sit, aut quo anni, dieíve tempore, nihil sanè constitutum est, quanquam †pro harum certè cuiusq; ratione, mediocritas frictionis est varianda. Ergo ad ea quæ hactenus statuta sunt, hæc quoque definienda sunt, vtiq; potestate inter initia operis iã tradita, non

†Mendosè legitur in græc. codi. impreßis ἐνδείξεως pro δείξεως.

†In græc. codic. impreßis legitur παρὰ ταῦτα τὸ μέσον τῆς τρίψεως. Sed in veteri, πάντα ταῦτα τὸ μέτρον τῆς τρίψεως.

tamen interpretationis luce clarè explicata. Dicens enim veluti regulam quandam omnium quæ pòst dicenda erant positurum me hominẽ eo corporis statu de quo queri nõ possit: obiter nimirum etiam regionem hominis potestate definiui, quum nec optimo temperamẽto, nec irreprehensibili omnino membrorum modulo corpus vllum in his regionibus, quæ è tẽperamenti modo recesserunt, gigni possit: sicuti tum ratio docet, tum experientia commonstrat. Quippe sicci, graciles, & veluti torrefacti, in æstuosis tractibus homines fiũt: rursus frigidioris plagę incolę inęquali temperamento visuntur, vt quibus exteriora frigeant, interiora atq; in his viscera immodicè caleant. Sanè optimum corpus, de quo nunc sermo proponitur, veluti Polycleti regula est: cui in nostro situ, vtpote probè temperato, nõ pauca similia videas. Apud Gallos verò, Scythas, Aegyptios, Arabes, ne per somnium quidem tale vsquam est vidisse. Nostræ autem regionis, quæ in latitudinem non paruam extenditur, id quod in medio habetur, optimè sanè temperatum est, cuiusmodi patria Hippocratis est. Etenim ea tum hieme, tum æstate, mediocrem temperiem exhibet: vere autem, & autumno multò magis. Eiusmodi

igi

igitur locum quum corpori proposito dederis: anni quoque tempus, veris medium ipsum dabis. Esto verò, & diei in qua nobis exercitãdus primum est, maximè quoad fieri potest, ipse meridies: quò videlicet naturalis temperamẽti eius vis ab ambiente nullo pacto mutetur. Eadem exigit ratio, vt ne domus quidem in qua exercitandus est, ipso præsertim die calidior frigidior've, sit, quàm publicus totius vrbis aër. At æstate atque hieme, talis vel arte præparandus est: nempe hieme calidior, æstate frigidior: quò videlicet exacta temperie corpus frictionis tempore fruatur, quando si iusto calidior: frigidiórve domus fuerit, in calidiore illico sudabit: in frigidiore neque calefiet prorsus nec mollietur vnquã, nec floridum ruborem ostendet, nec in tumorem attolletur. Sunt nanque duo hæc rubor & tumor in aëris tẽperie, & corporis statu temperato, mediæ frictionis notę. Veluti enim si calidam infundas, primùm quidem corpus intumescit: si largius infundas, decumbit: ideoque & Hippocrates de iis aiebat: Primùm quidem attollitur, deinde fit gracile: ita frictio quoq; attollit quidem primùm, posteà contrahit, ac molem deponit. His ergo qui carnis augendæ causa fricantur, tunc planè finiẽda frictio est,

† Hic locus in græcodi. impreßis est diminutus, deest enim hic εἰς ὄγκον ἀρθὲν & paulò pòst pro ἐυχτ legendum est ἐυχρῆ, & addendum est ἀνατρίψεσι. vt legitur in veteri codic.

quum corpus † & intumuit, & ad summũ ferè tumorẽ peruenit. Qui autẽ ad exercitandum iam præparantur, his minimè id tempus expectandũ, sed longè prius desistendum à frictione est: potissimũ quum optimi temperamẽti sunt, & ætate adhuc pueri: horum nãq; tum humidum corpus est, tũ tenerũ, ac paucis frictionibus mollescens. Præparatoriæ verò frictionis meta finisq; est, vt solidæ partes molliantur, humidæ soluãtur, corporis exigui meatus laxẽtur. Quis frictionum esse debeat numerus, definire sanè oratione non est: cæterũ qui his perficitur, harum rerum peritus: hic primò quidẽ die minus exacta exquisitaq; coniectura vtetur: sequenti verò die, vbi iam experientiã aliquam adolescẽtis est adeptus, magis exactam certamq; habebit. Quinetiã de exercitatione ipsa, primo certè die mẽsuram ad vnguem definire non potest: sequentibus deinceps omnino potest. Sunto igitur hîc quoq; notæ: Primò quidem die quum adhortãti incitantiq; ad exercitandũ non perinde obsequitur, sed segniores, & minus tum frequentes, tum decentes, ac (vt semel dicam) minus valentes, tum colluctatoris sui apprehensus, tum motus obit. Porrò expedit neq; paulò animosiorem esse qui exerci-

tatur, vt laſsis iam viribus, etiam exercitari aueat: neque ignauum, qui integris adhuc viribus, laborem tamen detrectet. Eſt verò profectò talis non corpore modò, ſed etiam animo, quem nūc educandū ſuſcepimus: quandoquidem quibus frigidus ſuccus in ventre, aut in toto corporis habitu collectus eſt, ſi ſegniores ad motionē ſunt. Pari modo & qui plethorici, id eſt, qui ſuccis æquabiliter ſe habētibus nimiū abundant: & quos recens frigus afflixit, hi & ignaui ſunt, & ad mouendū pigri. Iā his etiam magis ita ſunt affecti, quicunq; natura frigidiores ſunt: ſicut etiam his ipſis longè magis, quorum frigiditati etiā humor eſt adiunctus. Hi nanq; quantitatis exercitandi notas corrumpunt: ſicuti è diuerſo qui calidiori tēperamento ſunt, ſiue id propriæ naturæ ſponte eueniat, ſiue ab accerſito quopiam affectu: hi & animoſi ſunt, & certaminis auidi, & ad actionem plus quàm expedit prompti. At quibus nec corpus calidus, frigidus've eſt, nec animus omnino iacens, ac demiſſus, ac contentionis, gloriæve præcupidus, & ad actionem præceps: iis modi exercitationum indicia integra manent, illæſaq; ſeruantur, & primo ſtatim die, & multò magis procedente tempore. Si enim quid

inter initia ſuffugit:id experiētia ipſa edo ctum,ad exactã notitiam perueniet. Non aliter & cibi modus ad certã coniecturam perducitur:qui tamẽ ab initio definiri nul lo pacto poteſt:verũ quotidiana experien tia,cũ recordatione quantitatis, tum cibi, tum exercitationũ,eo etiã qui huic præficitur,nihil non ſolicitè obſeruãte,ſed ſem per vt tantũ ciborum poſt tantã exercitationem concoxit,recordante propemodũ ad exactam ſcientiã intellectum tempore perducit. Hæc igitur omnia etiã deficientibus ab optimo ſtatibus cõmunia ſunt:de quibus agere nondum ſtatuimus. Cæterũ optima natura,quæ hîc nobis eſt propoſita,menſuras omnium manifeſtas obtinet: vt quæ nec animi moribus, nec corporis intemperie, dictorũ quicquã obturbetur immutétve,ſed frictionis, exercitationis, ciborũ,ac ſomni menſuras apertè indicet, ac tum primũ quodlibet horũ reſpuat,quũ eius vltra nõ egeat. Quare fuerit hoc quoque ei,qui tali corpori præficitur,non minus modi index:Dico autẽ ipſam ad ſingula quæ agi debent alacritatẽ,† ceu materia,ipſa nimirum in optimo corporis ſtatu modum ſibimet præſcribente. Etenim qui optima natura ſunt,& iam ad exercitationem frictione præparantur,tum demũ ad

† αὐτῆς τῆς φύσεως id eſt naturæ ipſi⁹, legitur in Græco.

exercitandũ prodibunt,quũ toto iã corpore abundè emolliti excalefactiq; ſunt.Exercitãdo quoq; tum primũ grauatiùs mouebuntur,quum ſatis [exercitati iam fuerint.Iam à cibo] tum primũ abſiſtent,quũ ſatis ſe impleuerint. Quare nullus in hoc homine metus eſt,ne quãdo aut iuſtò plus labore,aut iuſtò plus cibis ſe ingurgitet,ſi naturæ ſuæ impetus ſequatur, quo fit,vt neq; prorſus peritiſsimũ ſibi præfici is poſtulet:ſicuti omnes(de quibus poſteà ſermo erit)deterioris notæ homines.Quippe ſanum corpus ipſum ſibi ipſi omnia inuenit proprio naturæ ſuæ impetu directum: maximè ſi in iis quæ ad animũ pertinent, rectè ſit educatũ.Nam multi in malis moribus à pueris educati in deſidia,& intẽperantia viuẽtes,bonitatem naturæ corrumpunt:ſicuti cõtrà,nõnulli vitioſam corporis naturã ſortiti,temperãtia vitæ,& appoſitis exercitiis, naturæ vitia mutarunt in melius.Sed de horũ quidem[ſiue exercitationibus,] ſiue etiam operibus,ſequens liber totus componitur. De iis qui optimo corporis ſtatu ſunt, & qui ſanitatis tutori auſcultabũt,in hoc libro agere ſtatuimus: ac præcedens quidem de his ſermo ad exercitationũ menſurã vſque eſt progreſſus: ſupereſt ergo,vt de generibus eius diſſe-

ramus. Genera exercitationũ voco, luctã, pancration, pugillatum, curſum, & alia id genus: quorũ alia tãtũ exercitationes ſunt, alia non exercitationes ſolũ, ſed etiã opera. Exercitationes ſunt tum hæc ipſa quæ dicta modò ſunt, tũ præter hæc, quæ græcè dicuntur πιτυλίζειν, τὸ ἐκπλεθρίζειν, τὸ σκιομαχεῖν, τὸ ἀκροχειρίζεσθαι: [atq; hæc mox deſcriptione exponẽtur.] Prætereà ſaltus, diſci iactus, tũ coryco, folle, pila, vel parua, vel magna, vel per alteres corpus fatigare. Exercitia ſimul, & opera ſunt quum fodit quis, quum remigat, quũ arat, quum vites putat, quum onus geſtat, quum metit, quũ equitat, quũ armatus pugnat, quum iter facit, quum venatur, quũ piſcatur, quum alia quæcunq; homines, vel opifices, vel non opifices, in vita vſus cauſa exercent, facit: ſeu domos ædificent, ſeu naues, ſeu ferrariam, ærariam' ve factitent, ſeu aratra pangant, ſeu tale aliquid pacis, bellíve inſtrumentum fabricent. Horũ autẽ pleriſq; eſt quãdo veluti pro exercitatione tantũ vtare. Quippe triplex in vniuerſum ipſorum
1 vſus eſt, quum interim operis tantũ cauſa
2 vſurpentur, interim meditationis, ſed quæ ad vſum futuri ſit operis, interim pro ex-
3 ercitatione tantũ. Quippe ipſe aliquando hyeme deprehẽſus in agro, tum ligna findere,

Hæc non ſunt in græco.

dere,tum hordeum in pila contundere, ac deglubere, exercendi corporis causa sum coactus. Quæ nimirum agrestes quotidie pro opere faciebant. De horum igitur ceu operum vsu,in sequẽtibus, ceu exercitiorum,nunc tractabimus. Nullũ nãq; id genus exercitiũ aut perpetuũ diẽ obitur,aut alio tẽpore,quàm ante cibũ. Seruari verò tum modũ exercitationũ in his oportet, tum vocatã apotherapian. Quod si etiam idonea frictione vsus,ad ea quis accedet, iam omnes exercitationis numeros impleuerit. De iis igitur omnibus scientem esse conuenit,eũ qui sanitatis tuendæ officio vtetur,quem ὑγιεινὸν Græcè vocant. Licet enim eum(vt antè dictum est)aut sic græcè,aut gymnasten,aut medicũ voces: prima tamen appellatio maximè propria est, reliquæ per abusum. Nã si artifex quisq;, ab arte quã tractat deflexum sortitur nomen,patet eũ qui ὑγιειαν, id est sanitatem tuendã profitetur, meritò ὑγιεινὸν, appellandum:ita nimirũ vt qui γυμνασίοις,id est exercitationi tantũ præest, gymnasten: & qui morbis medetur,medicũ. Quòd si quis hunc ipsum vel gymnastẽ,vel medicũ pro ὑγιεινῷ appellasse volet, tum à parte totũ, tũ verò nec propriè nominabit,sed abusiuè,vel ambiguè,vel quomodocũq; aliter

dix

dixiſſe velis,appellationem faciet. Huius rei cauſa eſt,quòd quũ vna ſit ars,quæ corpori tuendo præſideat,vnicũ ei proprium nomen inditũ non eſt. De quibus omnibus vberius ſingulari libro egimus, quem Thraſybulũ inſcripſimus. Ac genera quidem exercitationum ſunt ea quę diximus: qualitas verò,ſeu differẽtia(nam & hanc quoq; vtroq; modo appellare licet)velocitasq́;,tarditasq́; mouendi ſunt:prætereà quòd aliud robuſtum,aliud(vt ita dicam) imbecillum eſt:ad hæc vehemẽtia,& lenitas. Vtendi verò rationes,omnium prædictorum generũ,vnà cum differentiis propriis huiuſmodi ſunt. Nam aut perpetuus motus eſt, aut interciſus: & ſi perpetuus, æquabilis, aut inæquabilis:ſin interciſus, aut certo ordine, aut citra ordinem. Hæ igitur vtendi rationes ab ipſo negotio capiuntur. Quæ verò ab his,quæ extrinſecus ſunt poſita,ducuntur,eiuſmodi ſunt:quòd aut ſub dio exercitatio fit, aut ſub tecto, aut in miſta vmbra,quã ὑποσυμμογῖι Græci vocant. Itemq; quòd aut calẽs locus eſt, aut frigidus, aut media tẽperie: prætereà aut planè ſiccus,aut humidus, aut medio modo attẽperatus. Similiter illę quoq; vtẽdarum exercitationnm rationes quædam ſunt,quòd cum puluere exiguo, multóve
vſur

vſurpentur. Itẽ quòd cũ oleo exiguo, multóve, aut etiã ſine vtroq; adminiſtrentur. Quoniam ergo enumerata à nobis vniuerſa ſunt, quorũ peritũ eſſe oportet, qui ſanitatẽ tuendã profitetur: ad ipſa nũc exercitationũ genera non intẽpeſtiuè redibimus: ac primũ docebimus, tum quid omnibus ſit cõmune, tum quid ſingulis proprium: hinc frictionis ipſius tẽpora definiemus. Ergo omnis exercitationis cõmune illud eſt, quòd animali ipſi ex ipſa caloris augmentum excitatur. Quippe caleſiunt corpora noſtra & balneis, & calidarum aquarũ lauacris, & quum per calidiores tẽpeſtates inſolamur, & quum igni fouemur, & quũ calidis medicamentis perfricamur. Cæterũ ab externo eſt omnis eiuſmodi calor aſcitus, nec de proprio principio, ſed aliundè accenſus auctuſq;: exercitando verò, inſiti caloris augmẽtũ animalibus ex ipſorũ corporibus excitatur. Atq; iis omniũ exercitationũ cõmunis effectus eſt, proprius tamẽ earũ effectus non eſt. Si modò & iratis, & perturbatis, & pudore affectis, naturalis etiã calor augetur: quãquam ira † haudquaquã auctus, ſed veluti feruor eſt caloris in corde. Itaq; etiã eſſentiam eius, vel probatiſsimi philoſophorũ talẽ eſſe affirmant: quippe acceſſoriũ iræ eſt,

† *In græc. codi. impreßis legitur* οὐδα

μῶς αὔξη-σις, *sed in veteri*, οὐδ' ἁπλῶς αὔξησις *nõ simpliciter auctio.*

est,nõ eius eſſentia,vltionis appetẽtia.Verecundis autẽ augetur inſitus calor,dũ primũ intrò ſe recipit vniuerſus:deinde poſtquàm in alto corporis eſt collectus,& ex ipſo inibi cõgeſtu,& ex aſsiduo motu,incrementũ capit.Non enim quieſcit pudore affectorũ ſpiritus, ſed tum ab interno, tum circa ſe,vnà cum toto ſanguine variè circumagitur,ita planè,vt ſpiritus eorum, qui perturbãtur.Dicetur autẽ in progreſſu latius de omnibus eiuſmodi animi affectibus. Ad præſens enim propterea quòd commune ſymptωma,tum hos ipſos affectus,tum exercitationes excipit:dũ omnis exercitii cõmunẽ eſſe natiui caloris auctũ oſtenderem, idq; de interno, & à ſe,non tamen ſolis exercitationibus ineſſe,ſed pariter dictis modò affectibus: coactus ſum obiter & de his meminiſſe. Iam ſingulas exercitationũ ſeorſum perſequi tẽpeſtiuũ videtur, illo præſertim priùs ſignificato, quòd in his quoq; complures differentiæ inueniantur,Quippe interim aliã partem aliud alio magis exercitiũ fatigat: & quædã lentè motis fiunt,quædã ocyſsimè agitatis,& quædã robore, ac nixu adhibitis, quædã ſine his:ad hæc quædã cum robore pariter & celeritate,quædam languidè.Ac quod violenter quidẽ ſine velocitate exerce

ercetur, εὔτονον id eſt valens, voco: quod violenter & cum celeritate, σφοδρὸν id eſt vehemens. Violenter autẽ robuſtéve dicere, nihil referat. Fodere ergo, valẽs robuſtaq; exercitatio eſt. Simili modo & ſi quis quatuor ſimul equos habenis coërceat, impensè robuſta exercitatio eſt, non tamen celeris. Tũ ſi quis maximo onere ſublato, aut eodẽ loco maneat, aut paululũ procedat. Iam accliuis inãbulatio, huius quoq; generis eſt. Attollũtur enim eo motus genere, & veluti onus ſuſtinentur ab iis, quæ primum mouẽtur, reliqua corporis mẽbra vniuerſa. Prætereà ſi quis per funem manibus apprehẽſum ſcandat: ſicuti in palæſtra pueros exercẽt, qui eos ad robur preparãt. Quinetiam ſi quis fune arrepto, aut etiam pertica, ſublimis ex ea pendeat, ac diu teneat, robuſtum is validumq; laborẽ exercet, citra tamen celeritatem. Ita verò & ſi quis manibus in pugnum reductis, iiſdem prolatis, vel in altum ſublatis, diutiſsimè eodem habitu conſiſtat. Quòd ſi adhibitum quempiam deducere ſibi manus iubeat, nec tamen ipſe remittat, vel impẽſius hic tum muſculos omnes, tum neruos ad robur cõparat, vt quorũ maximè propria ſunt, omnia id genus exercitia. Idq; multo certè magis fiet, ſi qs ſummis manibus.

†Locũ hũc aliĵ depravarũt in Græco est ἐκατέρα κατὰ μόνας.
*ἁλτῆρες.

†vtraq; seorsum, apprehẽso põdere (cuiusmodi sunt qui in palęstra *alteres dicũtur) porrectis his, aut in sublime erectis eodem habitu persistat. Iã si etiã cuipiã iusseris vt te violenter detrahat inflectatq;, dum ipse nõ manibus modò: verũetiã cruribus spinaq; constãs, inflexusq; resistas, non leuẽ ad mẽbrorũ robur exercitationẽ obieris. Sanè hoc genere Milonẽ ipsum exercitasse se ferunt, dum aliâs cõuellere se, mouereq; de loco volẽti permitteret (verũ hæc crurum maximè exercitatio fuerit) aliâs, vtiq; si manus exercitãdas curabat, pugnũ aperire iuberet. Idẽ (vt aiũt) malũ punicũ, aut tale quippiã manibus cõplexus, auferẽdũ cuiuis præbebat. Hæc igitur exercitia, maximi roboris tũ ostentationẽ, tũ exercitationẽ cõtinẽt. Robur autẽ partiũ, tum exercet, tum verò firmat, & si quis alterũ complexus mediũ, aut etiã ipse medio cõprehensus, manibus, digitisq; pectinatim iunctis, aut quẽ complectitur absoluere se iubeat, aut ipse se à cõplectente soluat. Ita etiã & si quis alterũ, qui versus ipsum se inclinet, à latere aggressus, illa manibus cõplexus, ceu onus aliquod sublatum inuicẽ protendat, reducatq;, ac magis si dum gestat, ipse nutu renutuq; corporis vtatur: sic nanq; spinam vniuersam ad robur cõ-

par

parauerit. Aequè verò qui pectoribus ex aduerſo innixi, magno ſe conatu inuicem retrudunt. Etiam qui à ceruicibus pendentes, deorſum trahunt, ad robur præparant. Cæterùm talia omnia exerceri citra palæſtram, aut copioſum puluerẽ queunt, quocunque conculcato loco, erectis, ac ſtantibus. Quæ verò luctantes inter ſe moliuntur, quum robori augendo ſtudẽt, hæc aut puluerem altũ, aut palæſtram deſiderant. Ea ſunt eiuſmodi, quum vterq; luctãtium ambobus cruribus alterũ alterius crus cõplectitur, deinde manibus inter ſe collatis, altera ceruici violẽter incũbat, vtique quæ è regione impediti cruris eſt, altera brachio. Licebit & circa ſummũ caput manibus iniectis, violẽter retrorſum ſe agat ac reuellat. Eiuſmodi lucta vtriuſq; luctatoris robur †exercet, queãdmodũ & ea, quę altero alterum cruribus cingente, vel ambo per ambo mittẽte, fiunt: nã hæc quoq; vtrũq; ad robur præparant. *Infinitæ aliæ eiuſmodi robuſtæ exercitationes in palæſtra ſunt, quorũ nimirũ omnium peritiam vſumque pædotriba callet. Ipſe ſanè ſic à gymnaſte diuerſus, vt à medico coquus: quod ipſum quoq; ad perpẽſionẽ æſtimationẽq; ſe offert. At dictũ quidẽ iã de hoc eſt in eo libro q Thraſybulus inſcribitur:

*† Mẽdosè legitur in græc. cod. impreßis, ἀρκεῖ, pro ἀσκεῖ ſicuti & paulò infra. *Κυρία pro μυρία.*

ceterùm dicemus & nũc quod ſatis ad præſentẽ ſit diſputationẽ: verùm ſi prius exercitationũ varietates abſoluero, quarũ quæ robuſtæ ſunt, quasq; eutonus græci vocãt, dictæ iam ſunt. Supereſt vt de iis dicamus, quæ celeritate peragũtur, citraq; robur, & violentiã. Id genus ſunt curſus, & †vmbratilis armorũ meditatio, & quum duo ſummis manibus cõcertant ἀκροχειρισμὸς græci vocãt, tum quæ per corycũ, & pilam exercitatio fit, vtiq; quũ à diſtantibus, & currẽtibus adminiſtratur. Eius generis eſt & quod ἐκπλεθρίζειν græci dicũt, & quod πιτυλίζειν. Eſt autẽ ἐκπλεθρίζειν quum in plethro, id eſt in ſexta parte ſtadii quis prorſum retrorſumq; viciſsim, idq; ſæpè in vtranq; partẽ ſine flexu curſitans, vnoquoque curſu breue quiddam de ſpatio demit, quoad denique in vnico greſſu conſtiterit. πιτυλίζειν verò, ſi quis ſummis pedibus ingrediẽs, tẽſas in ſublime manus, hanc antrorſum, illã retrorſum celerrimè moueat. Hoc verò exercitamento maximè ante parietẽ ſtantes vti ſolent: quò ſi quando aberrent facilè pariete apprehenſo erigãtur. ſed ſic exercitatorum, vt error magis latet, ita exercitiũ ipſum fit imbecillius. Celeres verò motus ſunt, citra tamen violentiam, & qui in palæſtra eduntur circumuolutis humi no-

†Σκιαμαχεία.

bi

bis,vel ſolis,vel cũ aliis. Licet autẽ & erectis,tũ circumactis,ac velociter propè aſtã tem mutantibus,celerẽ exercitationẽ peragere. Poteſt & ſolis cruribus,idq; erectus, ac vno loco cõſiſtẽs celeriter exerceri:ſubinde quidẽ retro tantũ reſiliens,interim verò crurũ vtrunq; vicibus referẽs. Quin & per manus exercitatione celeri tantũdẽ valẽte,vti datur,idq; citra vllos alteres, vtiq; ſi frequẽtię,celeritatiq; motus earũ,impẽſe incũbas,ſiue has in pugnũ ductas, ſiue explicatas mauis. At eiuſmodi qdẽ celeris exercitatio eſt,in quibus dixi ſpeciebus cõprehẽſa.Reliquũ eſt vt ad vehemẽtẽ veniamus.Ea verò ſicuti prædictũ iã eſt,ex robuſta celeríq; cõpoſita eſt,quãdo quas robuſtas diximus,iis omnibus vt vehemẽtibus vti licet, motus modò celeritatẽ adiicias. Nõ in poſtremis verò vehemẽtes hæ ſunt, fodere,diſcũ mittere,ſaltare,idq; cõtinuato ſine intermiſsione opere,ſimiliter graue quoduis telum iaculari, cõtinuatis ſibi quàm maximè iactibus,aut graui armatura tectũ,celeriter agitari: & qui aliquo quidẽ taliũ exercentur, intermittere paululũ ſolent. Atque hoc loco inter aſsiduam interpollatamque exercitationem, differentiam noſcas licet. Quas enim modò retulimus,vniuerſæ morula interpoſita magis

vſurpari ſolẽt,ac potiſsimùm quæ labores operaq́; ſunt,nedum exercitia,vt foſsio,& remigatio. Quæ verò remiſsiores exercitationes ſunt, eæ ſine interpoſita quiete magis fiunt,veluti cõtinuatus diu curſus: quem Græci dolichon vocãt, & iter facere. Hæc igitur omnia exercitationũ genera ſunt,quæ & modò dictas differẽtias habent,& ſupra has quòd alia lũbos magis, quàm brachia cruráve exercẽt, alia ſpinã totam,aut pulmonẽ tãtùm, aut thoracem tãtùm. Quippe itatio curſusq́;,crurũ exercitatiões ſunt:acrochiriſmi & ſciamachię, brachiorum ac manuũ propria. Lumborũ autem,aſsiduè ſe inclinare,ac rurſus reuocare,idq́; aut pondus aliquod à terra tollẽtem,aut aſsiduè in manibus ſuſtinẽtẽ. Sunt & qui depoſitis ante ſe alteribus, vlnæ interuallo diſtãtibus, poſteà medii ipſi ſtãtes inclinant ſe atq; attollũt, dextera quidem eũ,qui ad ſiniſtrã iacet:ſiniſtra, qui ad dextram: tũ rurſum vtrunq; in ſuũ locũ referũt:atq; hoc identidẽ deinceps faciãt,iiſdẽ veſtigiis inſiſtẽtes. Hic verò motus trãſuerſas ſpinæ partes magis exercet, ſicuti prior ille rectas. Thoracis verò & pulmonis,maximę reſpirationes propriæ exercitationes ſunt. Maxima verò vox, ſupra iam dicta, vocis quoque inſtrumenta omnia permouet,

uet,quorũ enumeratio in iis, quæ de voce edidimus,habetur. Quoniã autẽ huc producti ſumus,nõ alienũ ſit de omnibus animalis partibus tradere, & quæ motus euidẽtes,& quæ leues & obſcuros obtineant, quæ rurſus à ſe moueantur,quæq́; ab aliis. Quippe eiuſmodi diſcretio, non paruam cõmoditatem gymnaſtæ afferet ad omnia animalis mẽbra mouẽda,aliàs à ſe, & propria virtute, aliâs ab aliis, & per alienam. Quæcũq; enim volũtate ſuſcipiũtur actiones,eæ muſculorũ neruorũq;, & quos aliqui tendones,Græci τένοντας vocant, propriæ ſunt. Eædẽ tamen ſi maiore vi, & celeritate fiunt,primùm quidem & maximè dictas iam partes,ex accidenti verò,etiam arterias exercent,cum prędictis verò oſſa, venæ,carnes,ligamẽta,& cæteræ oẽs animalis partes vnà mouẽtur. Reliquorũ verò motuũ,qui in animaliũ corporibus noſcũtur,quicunq; nõ cõmuni voluntate ſuſcipiũtur,ſed vel naturales ſunt,vel ꝑ animi affectibus eduntur, duplices hi genere ſunt:alii enim cordis & arteriarũ,alii venarũ & iecinoris actiões ſunt:atq; horũ quidẽ primũ & maximè,ſecũdo loco reliquarũ omniũ partiũ,quãdoquidẽ quatuor naturalibus facultatibus,oẽs gubernãtur. Ac arteriarũ quidẽ,cordiſq́; motus nunquam

ſanè omnino intermittitur: cæterùm magnitudine, paruitate, velocitate, tarditate, & vehementia † variè intēditur atq; remittitur: idq; multis ex cauſis, quas oēs in opuſculo quod de pulſuū cauſis cōſcripſimus, percenſui: nūc ſumma tantùm capita delibaſſe ſat erit. Vna igit̃ mutādi pulſus * cauſa eſt, naturalis caloris auctio, diminutioque: Altera cauſa eſt, quæ ex animalis ſpiritus mutata quātitate ſpectatur. Tertia quæ ex firmitate infirmitateq; naturalis virtutis accipitur. Quarta, quæ ex inſtrumenti ipſius malo affectu æſtimat̃. Verū de hac diſſerere nō eſt huius loci. Iā em̄ ægrotet animal neceſſe eſt in eiuſmodi affectibus, quū reliquæ oēs pulſus mutationes, etiā in ſanis ſpectētur. Quæ igitur ex aucto, diminutoq; naturali calore mutatio oritur, ea pro anni tpe, nutrimēto, potione, balneo, frictiōe, ſomno, & vigilia, itēq; animi affectibus, & actiōibus volūtate ſuſceptis, incidit. Quæ verò ex aīalis ſpiritus alteratione naſcitur, ea ꝓ motus q volūtate cōſilioq; initur (καθ᾽ ὁρμὴν grecè vocāt) differentiis variatur. Quæ ex viriū firmitate, infirmitateq; oritur, pro ſubſtātiæ ipſius cordis, & arteriarū bono cōtrarióve tēperamēto cōtingit. Porrò venarū opus, vnà cū aliis inſtrumētis vniuerſis, quęcūq; natura ad alimē

† In græc. codi. anti. addit. καὶ ἀμυδρότητα. id eſt exilitatē.

* In græc. codic. impreſſis deeſt αἰτία.

mẽti diſpenſationẽ excogitauit, pro cibo potioneq́;,tũ verò pro diſtributiõis in corpus,& cõcoctionis, & nutricationis ratiõe variatur : huius verò mutationis, arteriæ quoq; participes ſunt. Qui verò motus,actiones nõ ſunt,horũ triplex diuerſitas intelligitur. Alii nãq; animantibus ex ſeipſis inſunt,alii extrinſecus adueniũt:alios medicamẽta proritãt. Et ex ſe quidẽ animalibus inſunt ii quos antè memoraui: extrinſecus verò accedũt,ꝗ nauigãdo, equitãdo, aut geſtãdo ſiue vehiculo,ſiue lectulo pẽdẽte,ſiue cunis agitatis præſtãtur, ſiue per nutricum vlnas,vt infantibus: extrinſecus prætereà adueniẽtiũ,& frictio ſit. Nõnulli tamẽ motus miſti planè ſunt, veluti eꝗtatio. Nõ enim vt in vehiculis, præſertim in quibus ſtratus ꝗeſcas, ita etiã quũ equo inſideas accidit,vt à geſtãte tantùm agiteris,ipſe nihil agas,quin ſpinã erectã ſuſtinere, tũ vtriſq; feminibus equi coſtis firmiter hærere, & crura extendere oportet, etiã antè ꝓſpicere,in quo nõ modò viſus, ſed etiã collũ laborat. Præcipuè tamẽ viſcera hoc genere agitãtur,porrò ea ſaliẽtibus quoq; æquè dimouẽtur, verũ iis ꝗ vehiculo geſtãtur nõ æquè. Quare ſi quis viſcera quę ſub ſepto ſunt,mouere violẽtius velit: & prædictos labores adeat, & prætereà ad

frictionẽ,quæ per circũiectam faſciã adminiſtratur,accedat.Statuatur autẽ oportet,is qui fricat à tergo, qui modò in dextram,modò in ſiniſtrã manus iniiciat, acclinãte,apprimẽteq́; has ipſas partes ipſo qui fricatur.Sanè cõcutiũt nõnihil ea,quę ſub ſepto viſcera ſunt,& maximæ tũ reſpirationes,tum voces, pari modo efflatus,& qui per ſe fiũt, & qui cũ cohibito, compreſſoq́; ſpiritu tum in tibiarum ſono, tũ voce adhibẽtur.Iam ipſa ~~ſpiritus cohibitio~~, exercitatio quædam muſculorum eſt,nõ minus certè eorũ,qui in abdomine,quàm qui in thorace inſunt.Verùm de hac pòſt agetur vtpote quæ ſupra alia quæ modò retulimus cõmoda,etiã aliã gratiã non leuem præſtat:cuius nimirũ cauſa ad finẽ exercitationis eã adhibemus.Verùm ad propoſitum redeũdũ,nempe quòd nõ pauci ex iis motibus, qui partibus animaliũ accedunt, nec partium ipſarũ actiones ſunt,nec earũ actiones ſequuntur,ſed ab aliis, & per alia perficiũtur:veluti in vehẽtibus, nauigantibus,perfricãdis,purgãdisq́; per medicamẽta, tũ vomitoria,tũ aluũ ducẽtia, fit. Verũ eiuſmodi motus,huius de tuenda ſanitate artis nõ eſt.Reliq oẽs,& potiſsimùm ii qui ex frictiõe fiũt,in primis neceſſarii cognitu huius artis præſidi ſunt:quippe ad cuius

pro

professionẽ ſpectat omniũ motuum vires nouiſſe: ſicuti (reor) ad opifices ipſos ſpectat ſingulos particulares motus noſſe. Hi nãq; varietatẽ quæ in materia eſt, norunt: gymnaſtes virtutis ſingulorum ſciẽtiã habet. Etenim ſi quis me iubeat, vt hyplomachicos, id eſt armorũ meditationis motus, vel aliũ doceã, vel ipſe cõcinnè peragã: ſanè vnumquemlibet eorũ obire commodè nequeã. At ſi cui me hoplomachicorũ quũ agit, adhibeas: nõ modò quã vim obtineat actionum quælibet, ſed etiã quã maximè partẽ exercitet, omnibus illis certius norim: imò verò (ſi verũ ingenuè fateri oportet) hoplomachicus nullius earũ vim reddat. Qui exercitationum artẽ probè callet, is omnes nouerit, ſingulas ad certos referẽs fines. Nãq; aut violentæ quædã ſunt, grauesq; ac robuſtæ, aut leues, celeres, & cõcitatæ, aut pariter violentæ & celeres. Has igitur obiter dũ agi cõſpicit, ſtatim viſas facilè dignoſcit: atq; hoc ãplius, quę nã crura, brachia, vel thoracẽ actio exerceat: quæ lumbos, caput, ſpinam, vel ventrem, quæ demũ aliam quamuis partem egregiè præter cætera fatiget. Hoplomachicus enĩ apte numeroſeque motus peraget celeres fortaſſe, robuſtos, ac graues: cæterùm ꝙ denſent aut emaciẽt eiuſmodi motus, pa-

rum nouerit, pari modò nec quòd carnem augent, & rarefaciũt motus tardi. Iam idẽ robustè simul & tardè, & grauiter mouebitur, nec tamen ꝙ istiusmodi motibus corpori robur & grauitatẽ acquirit, intelligit. Aurigãdi quoq; peritus, omnes motus particulares numerosè apteq;, & ad vsum cõmodissimè explicabit: sed qui horum corpus emacient, aut carne impleãt, robustũ, vegetum, molle, durum, densum, rarúmve efficiant, omnino ignorat. Ita & qui pila exercere instituit (σφαιριστικὴν vocãt) omnẽ pilæ iactum, exceptumq́; callet: minimè tamen quẽ corpori affectum hi † comparent, nouit. Pædotriba quoq; quicquid in palæstra motuũ geritur, pernouit: quid quisq; motus efficere queat, ignorat. Et (vt semel dicã) omnes homines, artifices iuxtà inertesq́;, quos corpore motus exercent, eorũ ignorant vires: saltatores, nautę, fabri tum materiarii, tũ ferrarii, piscatores, agricolæ, ædificatores, sutores, omnes denique qui quiduis moliũtur. At gymnastes ex iis quæ antè retuli principiis, cuiusuis actiõis, etiã eius quam nũc primùm, nec antè conspexit, vim tenebit: veluti statim saltantium præuegeti motus, in quibus nimirũ quàm maximè saliũt, ac celerrimè circũacti vertuntur, & genu prius posito mox emicãt,

† *Mẽdosè legitur in græc. cod. impressis* περιποιεῖ *pro* περιποιεῖ.

&

& crura tum attrahunt,tũ maximè diuari-
cãt,& summatim,in quibus ocyssimè mo-
uentur,gracile,musculosum, durũ,compa
ctum, præterea vegetum corpus reddunt.
At remissi,tardi,& languidi,motus,nõ so-
lùm nõ eiusmodi corpus,quale nunc dixi-
mus,faciũt:sed contrà, si natura musculo-
sum & vegetũ,sit, diuersam omnino affe-
ctionẽ inducunt.Quòd igitur mox dixi-
mus pędotribã ita esse gymnastę ministrũ:
vt medici coquũ:id nũc quoq; ostẽsum est.
Quippe coquus betã,lẽtẽ,aut ptisanã aliàs
alia ratione præparat,nec tamẽ quod præ-
parauit,quam vim obtineat intelligit, aut
quæ'nam præparãdi ratio cẽsenda sit opti
ma.At medicus nihil horum,ita vt coquus
parare est potis:verùm quicquid pręparatũ
sit,eius vires probè callet.Ergo gymnastes
propositi nobis adolescentis,vtiq; qui opti
mũ corporis statũ est sortitus, omniũ qui-
dẽ exercitationũ vires pernouit,deligit ve
rò ex omni genere quod moderatũ mediũ
que inter vtrũq; excessum est.Nã neq; ce-
leris,tardæ've exercitationis optimus sta-
tus eget,sed planè mediocris ac medię:nec
rursus violentę,& vehemẽtis,nec remissæ
& lãguidæ:imò in his quoq; mediocre o-
ptimũ est:quãdo nõ alterare, sed planè ser
uare optimũ corporis statũ cõuenit.Siue
igi

igitur armis eiuſmodi, adoleſcentẽ exerci-
†Mendosè tare gymnaſtes velit, peritiſsimo †totius
legitur in meditationis armorũ aſcito, eum omnes
græc. cod. ſibi promere actiones iubebit, mox ipſe
Ald. ὑπο- eliget, ac diſcernet imperabitq́;, quibus ea-
μαχικῶν, rũ ſæpè, quibus rarò, quibus mediocriter,
pro ὁπλο- quibus aut nunquã, aut ſemper exercitari
μαχικῶν. eum velit. Quippe quem latére nõ poteſt,
quæ quodq́; mẽbrũ exercitatio magis agi-
tet, quæ've cuiuſq; exercitationis qualitas,
facultásve ſit. Siue folli, pilâve exercitare
ſtudet, hic quoq; rurſus tũ genus, tũ quali-
tatẽ, tũ modũ actionis inueniet, ipſo follis
*In græc. pilæ've perito, pro miniſtro adhibito, quò
codic. im- illi omnẽ eius generis actionũ materiã in- 1
preſ. legi- dicet. Nã ipſius propriæ cuiuſq; artis ma-
tur οὐκ ἄ- teriæ gymnaſtes, quà gymnaſtes, omnino
παντας, eſt ignarus, verũ vbi ſemel inſpexit, nõ ſo-
ſed in ve- lùm qualitatem, ſed etiã vim eius protinus
teri habe- intelligit. Quãplurimos eñ ipſi, ex iis qui- 2
tur οὐκ ἀ- bus imbecilliores quædã corporis particu-
παγαγόν- læ erãt, vnde crebris in his vrgebãtur mor-
τες, id eſt. bis, vnius gymnaſticę ope reſtituimꝰ: *ne-
nõ eos ab- que tamẽ oẽs propriis exercitatiõibus, ſed
ducẽtes à, ſiue qs ſaltator erat, ſiue hoplomachicus, 2
& ita vi- ſiue pancratiaſtes, ſiue luctator, ſiue alio
detur om- quouis gñe exercitatus, iuſſo eo magiſte-
nino legẽ- rii ſui motus, corã ꝓmere: mox appoſitiſsi-
dum. mis vnà cum tpe, & modo delectis. Verùm
de

de correctione id genus, procedēte tractatu agemus: ea ſcilicet operis parte, in qua de vitioſis corporũ ſtatibus diſceptabitur. Nũc optimè cõparato corpori, ſuũ ſtatum tueri propoſuimus. Porrò huic ex omni genere mediocritas adhibēda eſt, frictione, exercitatione, balneo, cibo, ſomno, ita vt nec durior illi, nec mollior habitus corporis reddatur. Quippe hic ab extrinſecus imminētibus facilè offenditur: ille corporis inhibet auctũ. Prætereà nec denſior, ne videlicet in carne excremētorũ aliqd hæreat: nec rarior, ne quod eſt ſalubre, effluat. Simili modo, ſiquidē optimo habitu erat, nec ſolito gracilior, nec craſsior: quũ cõſtat gracilitatē externis iniuriis, craſsitudinē iis quæ internè ab ipſo corpore proueniunt, eſſe obnoxiã. Pari modo neq; calidius, frigidius, ſiccius, vel humidius efficere eiuſmodi corpus expedit, ſiquidē inculpato tēperamēto erat. Vnũ igitur eſt quod in ita ſe habēte corpore eſt ſpectãdũ, nēpe in omni tuēdæ ſanitatis materia, quod cõueniens mediocreq; eſt, porrò id eſt inter vtrũq; exceſſum, planè mediũ. Quēadmodũ autē huius maximè ſis cõpos, ſuprà iam dictũ eſt. Cæterùm de iis quæ maximè neceſſaria ſunt, vel ſæpius meminiſſe non ſit profectò inutile. Prima ergo dies craſsiorē

co

coniecturam præbebit:secũda verò,tertia quarta,& reliquarũ quælibet, pro ratione magis exactã, quippe in prima die,omnia tibi pro dictis iam scopis sunt peragenda. Exuat se,sicut Aegimius pręcepit,vbi in lotio iã perfecta cõcoctio cernitur: mox frictionis ratio huc spectet,vt mebra molliãtur. Docebit id,tum floridus color: qui in summa cute residebit:tum artuũ flexibilitas,habilitasq́; ad omnem motũ. Post hæc exercitetur,dũ & corpus intumescit,& color illi floridus apparet,& motus promptè, æquabiliter,& concinnè edit. Inter hæc verò sudorẽ cũ calido vapore mistũ cernes. Inhibẽda verò exercitatio tum primũ est, quũ aliquod horũ fuerit mutatũ. Quippe si cõtractior paulò corporis moles videbitur,desistendũ illico est:si enim vltrà quid pergat,etiã boni succi nonnihil educetur: atq; ita tũ gracilius corpus fiet, tũ aridius, atq; ad incrementũ minus habile, Non minus profectò etsi coloris gratia vanescat, cessandum est:quãdo si exercitationẽ cõtinues, frigidũ corpus efficies, & nimiùm exhauries. Iam motuũ alacritas, ęquabilitas,vel concinnitas,si remitti quippiã collabiq́; cernitur, vtiq; statim desinere cõueniet. Itidem si in sudore accidat vlla qualitatis eius,quãtitatísve mutatio:quippe quẽ

&

&c copiosum magis,& magis incalentē edi
par est,prout motibus vehemētiæ plus ac-
cesserit. Quū igitur is aut minor intelligi-
tur,aut frigidior,tum scias digeri,exhauri
iq; corpus:præterea refrigerari†ac siccari
plus iusto. Quo magis solicitè attēdēdum
exercitādo corpori est, vt quum dictarum
iam notarū quælibet apparet,protinus ces
set. Nec lauatū tamen protinus*ablegan-
dum est,sed summā exercitationis intētio
nē,quā ἀκμὴν grecè vocāt, remittere,siste-
req; iubebitur. Quòd si illa cohibēdo an-
helitu implere velit, perfundi oleo,atque
apotherapia vti deinceps debebit. Porrò ea
huiusmodi res sit,simul qui sint in ea scopi
& quæ mensura,præterea quibus absolua-
tur tum motibus,tū frictionibus,sequenti
libro monstrabitur. Præsentē enim vtpote
satis verborum habentem,iam commodè
videor finiturus,si modò illud vnum adie-
cero:lauacrum quod omnino medio tēpe-
ramēto sit, ad propositā ætatem naturam-
que esse eligendū. Propositum nanq; est(si
rectè meminimus)tertium à natiuitate se-
ptenniū,id est quod inter quartūdecimum,
ac vnū & vigesimū annos interuenit. Quo
utique frigida lauari adolescentem adhuc
nolim,ne incremento eius, cui plurimùm
est consulendum,sit in mora. Vbi verò iu-
sta

†In veteri græco cod. additur καὶ ἐκλύεται. i. & resolui.

*In græc. codic. impreßis legitur ἀπολαβεῖν. Sed in veteri ἀπολύειν.

ſtam magnitudinē impleuit, etiā de frigida lauatione aliquid diſpiciemus. Simili ratione,& de exercitationibus,quæ in puluere obeūtur,exquiſitiùs in ſequēti ſermone agemus. In pręſenti,illud nouiſſe ſatis erit, ne puluere quidē huic opus eſſe:modò illi in qua exercitabitur domus, ad eū modū, quē inter initia præcepimus, præparata ſit. Verū ſi calidior ſit,tum puluere vtendū,at eo ſi vtetur,omnino erit lauādum, ſin non vtetur,liceat & illotū dimittere,pręſertim hieme. Poſt hęc verò,& quæ ad cibum,potionē,ſomnū,ambulationēq; pertinēt,cōiectanda huic ſunt, qui adoleſcēti præficitur,& in ſequētibus à nobis dicētur. Verùm fieri nō poteſt,vt modi horū primo ſaltem die,ratio illi exacta cōſtet, ſecūdo, vbi exploratū habuerit,quomodo, poſt quot exercitationes nutritus adoleſcēs ſit,ſi ꝓpriū naturæ habitus prorſus ſeruare viderit,eodē ſeruato modo, tum nutriet adoleſcētē, tū exercitabit. Sin non ſeruauerit:quacūq; ratione à priſtino habitu eſt lapſus, reducere eū mutata mēſura tentabit: itaq; facere † nō deſiſtet,quoad in ſingulis peragendis exactū modū definierit. Quot verò, & qui ſint præter naturā lapſus, ac quēadmodum quēlibet tum agnoſcere,tum reparare cōueniat,in ſequenti opere docebitur.

† *In græc. codic. impreßis, nō, negatiua non legitur, ſed in altero veteri cod. habetur, in altero legitur nō τότε, id eſt, tunc, ſed τούτο. i. ab hoc.*

CLAV-

CLAVDII GALENI DE SANITATE TVENDA LIBER TERTIVS, THOMA LINACRO ANGLO INTERPRETE.

Quæ in tertio libro de tuenda sanitate habentur.



EDICORVM, GYMNAstarumq́;, qui de sanitate tuenda prodiderunt, alii omnium hominum communia pręcepta

tradiderunt, nihil vſquam cogitantes de corporum noſtrorum per ſpecies differentia aliis diſsidere inter ſe corpora noſtra non paruo diſcrimine placuit: eorum tamen differentias, ceu comprehendi planè vniuerſæ nequeant, conſultò omiſerunt. Pauci omnino qui per ſpecies, & genera diſcernere ſunt aggreſsi, plura perperam quàm rectè ſcripſerunt. Nos primo ſtatim volumine, quot numero ſpecies humanorum corporum ſint indicauimus, promiſimusque ſingulis propria tuendæ ſanitatis præcepta ſeorſum tradituros. Orſi autem ſumus ab eo corporis ſtatu, in quo queri de vllo naturæ vitio non poſsit. Quoniam autem is homo negotiorum interdum occaſione, vel ſponte, vel inuitus, pro ſecundæ valetudinis præceptis viuere prohibetur: ſatius viſum eſt primùm eum liberum, ſuæque planè ſpontis, ac vni corporis valetudini vacantem proponere. Ac quemadmodum quidem educari eiuſmodi hominem conueniat, primo libro docuimus, ad quartumdecimum vſq; annum curam eius perſecuti. Secundo qua ratione ad virilem ætatem duci debeat, indicauimus: vbi longior ſermo incidit, poſtquàm in communia artis capita deuenit, ſine quibus ne de

proposita quidem ætate, naturaq; exactè differere licebat. Omnes enim tum frictionis, tum exercitationis differentias enumerauimus:non me herclè particulares(nisi sicubi has exempli causa, non necessitatis referre ex vsu fuit)sed quæ genere ac specie sunt distinctæ.Ergo in frictionibus quidem quam mollis duraque,& ante has mediocris facultatem obtineant, interpretati sumus. Adiecimus & differentias, quæ à quantitate sumuntur, numero tres: mox quæ ex coniugatione harum oriuntur, omnes in totum numero nouem, etiam potestate singularum exposita. In exercitationibus verò enarratis,quæ'nam acuta veloxque vocetur, quæ'nam hebes tardaque, ac quæ harum mediæ: primæque natura saltem sint:itemque: quæ valens ac mollis, prætereà grauis leuisque,quæque harum sint †mediæ, simili modo tractatis:docuimus optimum corporis statum per omnia quæ mediocria conuenientiaq; sunt quæque eadem media planè excessuum sunt,agi debere: idq; tum in frictione, tum exercitatione,tũ balneo,tum alimento,omnibus deniq;,quæ salubrem victus rationem cõplent:polliciti q; sumus sicuti de frictione exercitationeq; fecimus,vbi in genera

†Mendosè legitur in græc.codi. impressis ἄμισα pro μέσα, vt est in veteri.

*In Græ. codicibus impreßis legitur δηλώσαντες γὰρ εἰς ὅσον ἐπιτείνοντι καὶ παραύξειν χρὴ τὰ γυμνάσια καὶ τὸ τέλος, ὡς ἐν ὑγιείας λόγω, ἀκολουθεῖν ἔφαμεν αὐτοῖς τὴν καλουμένην ἀποθεραπείαν. id eſt, quũ enim declararemus quouſque intendere augereq́; exercitationem, & finem oporteat, quod ad ſanitatis rationẽ pertinet, diximus eam, quæ apotherapia appellatur, ſequi debere: ſed in veteri codice legitur non καὶ τὸ τέλος, ſed πρὸς τὸ τέλειον vt legatur non [exercitationem & finem] ſed [exercitationem ad ſummum & abſolutum] Et hæc omnino eſt melior lectio. Vide noſtras annotationes.

quædam cõmunia ſpeculationẽ reuocaui-
mus, quò ſimul recordatu facilis, ſimul cer
ta ratione, viaq́; tradita doctrina eſſet: ita
& in reliquis omnib⁹ facturos: ac primùm 1
quidem de ea, quam apotherapiam vocãt,
acturos: quandoquidem ea proximo loco
tractanda in ſuperioribus eſt propoſita.
*Quippe vbi quouſq; intendere, augere-
q́ue exercitationẽ oporteat, quod ad ſani- 11
tatis rationem pertinet, pręcepimus: finem
quoq; ſequi debere diximus apotherapiã]
de qua nũc agamus. Eſt igitur primùm ea
genere duplex, altera quidem exercitatio-
nis ceu pars, altera eius ceu ſpecies, ac de ea 2
quidem, quæ ceu ſpecies cẽſetur: pòſt dice-
mus: de ea verò quæ vt pars habetur, nunc
agendũ. Omnis exercitationis probè per-
actæ poſtrema pars apotherapia dicitur.
2

Ea

†In Græ.codicibus impreßis legitur κοινὸς μὲν ὁ πρότερος λόγος τῷ γυμνασίῳ, *sed locus videtur cum mendoſus tum diminutus. Ita enim legitur in veteri:* κοινὸς μὲν οὖν ὁ πρότερος σκοπὸς ὅλῳ τῷ γυμνασίῳ τῶν ἀθλητῶν τε καὶ τῶν ὁπῶν ἔργον ἀναγκαῖον ἐν τῷ βίῳ διὰ πραττομένων οἷον ἤτι σκαπτόντων.

Ea duplici conſilio ſuſcipitur, & vt excrementa expurget,& vt corpus à laſsitudine tutum reddat. †prior cauſa etiam exercitationi cõmunis eſt:ſi quidẽ & illius duplex quoque eſſe propoſitũ diximus, & vt ſolidas animalis partes firmet, & excrementa expurget. Proprius tamẽ apotherapiæ ſcopus eſt, vt laſsitudinem quæ ſuccedere immodico exercitio ſolet, ſubmoueat atque prohibeat. At athletis quidem [& aliis qui opere corpus fatigant,] ſicuti qui vel fodiunt, vel iter agunt, vel remigant, vel tale quippiam opus vitæ neceſſarium obeunt, præſtò laſsitudines adſunt, niſi apotherapia deuitentur. Verùm de quo hoc loco agimus, optimè cõparatum corpus, quod ab omni ſeruitute eſt liberum, & vni ſanitati vacat, raròlaſsitudine tentatur. Sicuti enim athletæ, quos labor maximus exercet, nullo alio exercitandi genere obnoxii *laſsitudini ſunt, præterquam eò, quod ab ipſis † abſolutũ dicitur: ita nec qui vitam degunt liberã, & qui tantùm valetudinis

hoc eſt, prior igitur ſcopus cõmunis eſt vniuerſæ exercitationi, ſeu athletarũ ſeu eorum qui quodcunq; opus vitæ neceſſariũ exercent, ſicuti vel etiã fodientium.

**Mendosè legitur in Aldino codi.* τόπον *p* κόπον.

†τίλειον.

tuendæ gratia exercitantur, vſquam laſſabuntur: propterea quod huiuſmodi exercitium adire nulla neceſsitate coguntur. Athletis enim neceſſe eſt, quò videlicet ad immodicos in certaminibus labores, etiã totum diem aliquando continuatos pręparato iam corpore ſint, abſolutiſsimum illum exercitiũ (ipſi κατασκευὴν vocant) aliquando obeãt. Verùm qui tantùm tuendæ bonę valetudinis cauſa exercitãtur, iis nec neceſſum, nec vtile planè eſt immodicos labores adire. Itaque his nullus inſtat laſsitudinis metus: nihilo ſecius tamẽ iidẽ apotherapia vtentur, etſi nullo laſsitudinis timore ac certè excremẽtorũ purgandi cauſa, cui ex† pleniore (vt Græci loquũtur) mẽſura, etiam laſsitudinis ſecuritas accedit. ἐπιμέτρου.
Nam & ſi ipſe exercitationis modus his eſt à laſsitudine quã maximè alienus, actionisq; omnis ratio planè citra violentiã: fieri tamen aliquando poteſt, vt gymnaſten in vtroq; paulum quid ſubterfugiat, quod neglectum, ſi non magnã, certè leuẽ exercitato laſsitudinem concitet. Cæterùm nõ conuenit qui ſibi viuat, & vni corporis ſanitati vacet, vt vel minimũ lædatur vſquã. Tutiſsimum itaq; ſit, apotherapia ſemper vti: quę qualis adhibẽda ſit, ipſa finium ad quos tẽdimus, demonſtrabit natura. Nam
quo

quoniam id petimus, vt solidarũ animalis partium excrementa, quæcunq; excalefacta, extenuataq́; per exercitationẽ in corpore adhuc manent, prorsus eiiciantur: & frictiones quæ per alios administrentur adhiberi oportebit, & cum his vnà, tum ipsarum quæ fricãtur partiũ tensionẽ, tum etiam spiritus cohibitionẽ. At quoniã nec frictionum vnica ratio est, nec spiritus cohibendi: deligẽdum ex vtroq; genere est, quod vtilissimum est. Atq; ex frictionibus quidẽ quę dura est, cogere corpora, hoc est densiora simul dura rioraq; reddere traditũ iam est. Itaq; hæc ad res propositas parum est accõmoda, siquidẽ quod densatur, intra se cludit: quod laxũ fit, liberũ excremẽtis exitũ præbet. Ad eundẽ modũ quod durat: iis quæ tensa sunt maximè est aduersum, vt quod eorũ affectũ magis adauget: cõtrà quod mollit, id est vtilissimũ. Si igitur simul & excremẽta digeri, & quæ tẽsa sunt molliri cõuenit, durę certè frictiones omnino sunt fugiẽdæ, nec his minus à lẽtiscauẽdũ arbitror. Nã postquã à se corpus nõ amplius dimouetur, periculũ est ne frigescat ac dẽsescat, dum nulla ope externa calefit. Hac igitur de causa, nõ solũ cũ celeritate est fricandũ, sed etiã quoad fieri põt plurium manibus, quò nulla corporis pars

nuda maneat. At si nec tardam esse frictionem oportet, nec durã: oleum nimirũ fricãdo corpori largiter circũfundi debebit: id enim ad velocitatẽ simul & mollitiem frictionis multũ cõducet: & alioqui aliud secum nõ mediocre commodũ affert: quãdo & quæ tensa sunt remittit, & quæ inter vehemẽtius laborãdũ fatigata sunt, emollit. Atq; his quidẽ de causis dura vitãda est frictio, ob alias verò mollis: quippe ea nec altè demittitur, sed circa cutem ipsam, & ei vicinas carnes deficit: nec ea, quæ in angustis meatibus cõtenta excrementa sunt, elidit. Cuius profectò causa, tum ipsam fricandarũ partium tensionẽ, tum spiritus cohibitionẽ iniũgimus. Media igitur mollis, duræq;, quæ eadem mediocris est, ab vtriusque incommodo abesse videtur, & mollis inefficacia, & duræ violẽta noxiaq;. Ea verò perficietur fricãtis quidem manibus valenter iniectis, ita vt earum impressio ad duram frictionẽ proximè accedat: cæterũ pinguitudinis copia, & velocitate mouendi eatenus remissis, vt planè euadat mediocris. Nã & pinguitudo ipsa valẽtioris †cõtractionis non leue præsidium est, & breuitas ipsa contactus tantũ demit de violentia, quantũ etiam de tẽpore. Porrò tendendas obiter, dum fricãtur, partes cen

† ἐπιβωλῆς legitur in græco, id est manuum iniectionis, quod paulò suprà dixit χειρῶν ἐρρωμένως ἐπιβαλλομένων, id

sc

[ten]emus,quò quicquid inter cutẽ & ſubiectã carnem excrementorũ reſidet,per cutem expellatur:quippe ambabus his laxis, non magis foras,quàm intrò ferri excrementa continget.Diſtentis verò iis quæ ſub cute ſunt,omnia foras eliduntur, ceu gemina manu expreſſa: vna foris,eius vtiq; qui fricat:altera intus,ipſis ſcilicet quæ tẽduntur particulis,manus vicem ſupplentibus. Ac propter hæc quidẽ,non exigua portio apotherapiæ eſt ſpiritus cohibitio. Appellant verò ita,vbi omnibus thoracis muſculis, qui circa coſtas habẽtur, intẽtis coactisq; expirationẽ cõtinemus.Accidit nãq; obiter, vt ſpiritus qui à coſtis premitur, dum efflari per exitum arteriæ(λάρυγγα Græci vocant)prohibetur, vniuerſus peſſum ad trãſuerſum ſeptũ(quod græcè dicitur διάφραγμα)detur,atq; vt cũ hoc quæ ipſi ſubſunt omnia ſimul attollãtur,iecur,lienis, ventriculus, & quædã alia. Oportebit autem interim muſculos quoq; qui in abdomine ſunt(ἐπιγάστριον Græci appellãt)leuiter contrahi,vt ab his vnà cum ſcepto,ceu gemina manu preſsis quæ interſunt partibus, excrementũ ſi quod intra ſe habent, foras elidant.Porrò mediæ inter hæc partes continentur, iecur, lienis, ventriculus, craſsi ac tenuis inteſtini partes,quæ promi

eſt, manibus valenter iniectis: fuit autem, vt puto, typographi lapſus, qui pro contrectationis ita deſcripſerit, quod alij non animaduerterunt, ſicuti neque alio in loco in fine huius libri, vbi in Græc. legitur βλάβους, *pro* λάβους.

nent. Loca verò ad excipienda quæ expelluntur excremẽta patẽt, tum ventris tota capacitas, tum isthic consistẽtiũ intestinorum cõcauitas. Si verò feriari planè abdominis musculos patieris, nullius prædictorum excremẽta vacuabis, quæ verò in thorace ac pulmonibus habentur, ea deorsum transferes. Expedit verò huc potius transferantur, quàm in illis maneãt: tanto profecto magis, quanto etiã eorũ quæ in ventre, quàm quæ in pulmonibus, & pectore continentur, promptior exitus patet. Hæc enim (nempe quæ in ventre & intestinis sunt) vel euomuntur facilè, vel excernuntur: illa, cũ conatu & vi per tusses, eiiciuntur. Verũ si quis perinde vt septũ, ita abdominis quoq; musculos, anhelitus cohibitione intẽdat, exquisitiùs planè expurgabit ea, quæ sub septo sunt viscera: nõ transferetur tamen quicquã à spiritus instrumẽtis ad ea, quæ nutrimento sunt delegata: sed totũ in ipso thorace, & pulmonibus excrementũ manebit. Quare cohibitionem anhelitus id genus nunc non probo: multoq; minus si quis omnino nõ distento septo, validè ac vehementer cõtrahat musculos abdominis: quando ita necesse est venas omnes partesq;, quæ circa collũ sunt, flatu ac sanguine impleri: excremẽta verò

sur

ſurſum atq; ad caput,non deorſum, & ad ventrē ferri. Intueri enim id tũ in iis qui tibias inflant licet, tũ qui maximã acutiſsimamq́; vocē edũt: ſiquidē his collũ omne dilatari, faciē verò intumeſcere, & caput validiſsimè impleri videas: ꝓpterea quòd in hoc opere, qui in abdomine muſculi ſunt, tēduntur, diaphragmate his cedente. Eſt enim quicquid eiuſmodi operis eſt (veluti in iis demõſtratũ eſt quæ de voce edidimus) miſtũ ac cõpoſitũ eſt maxima reſpiratione & ſpiritus cohibitione: vtique quũ ſimul omnis ſpiritus efflatur, maximo nimirũ facto expiratu, idq́; quũ validiſsima muſculorũ, tum qui coſtis inſidēt, tum qui in abdomine ſunt, tēſione. Quũ ſpiritus cohibetur, eadē vtrorũq; muſculorũ facta tenſione, nullo tamē ſpiritu elabi permiſſo. In iis qui tibia ſonãt, aut acutã vocē edunt muſculis pari modo tēſis: ſpiritu tamen nec penitus cohibito, nec toto ſimul emiſſo, ſed mediã rationē ſeruante. Ita nimirũ fit, vt triũ operũ cõmunis ſit muſculorũ tēſio: propria verò in totius ſimul ſpiritus efflatu, velox eius foras expulſio: in inhelitu cohibendo, ipſa eius retentio: in tibiarũ opere & voce, mediocris emiſsio. Cauſa verò triplicis † huiuſce operis, * in exitu arteriæ eſt] quippe q in totius ſimul

ſpir

† In veteri additur διαφορᾶς id eſt differentiæ.

** In græco eſt ἡ φαρύγξ id eſt pharinx eſt, ſeu ipſius arteriæ caput.*

ſpiritus efflatu, latiſsimè ſe pandit: in ſpiritus cohibitione prorſus clauditur: in iis qui tibia ſonant, aut qui voce acuta ſimul & magna vtũtur, mediũ quẽdã habitũ ſeruat. Ac de his quidẽ poſthac aliquãdo agere neceſſe erit, in iis quibus de vociferatione agemus. Cæterũ ſpiritus cohibitio quæ ad apotherapian eſt [maximè] idonea, [iecur, lienem] & ventriculum, attollit: tenſis qui in thorace ſunt muſculis vniuerſis, remiſsis qui ſunt in ſepto & abdomine: ita nanq; deorſum ferentur excrementa. Secundo autẽ loco habenda eſt, quæ mediocriter eos qui in abdomine ſunt, muſculos tendit, quò videlicet ea quæ ſub ſepto ſunt viſcera, apotherapiæ fructum ſentiãt. His ipſis de cauſis etiam faſciarũ, quæ ἅμματα Græci vocant, circumactus fieri cõueniet: quos fricantes ipſi quũ à tergo fricandorũ cõſtiterint, circa totum ventrem adhibẽt: [quum ex aduerſo ſe collocarint, ceruicibus:] alias verò coſtis, & ſpinæ, & pectori accõmodãt: idq; cõuerſo pariter cum his quodãmodo eo, qui fricatur. Circa lumbos verò ſimilis faſciarum circũiectio circumactioq; fiet, tendẽte ſe ad ſingulas eo qui fricatur, nõ tamẽ cum omnibus pariter ſe reuertẽte: quum neq; cõtinuos motus, nec vehemẽtes cõtingere ei ex apotherapia

Locus ex Græco ſic erat vertendus: Alias verò quũ ex aduerſo ſe collocarint, ceruicibus circa dorſum circumuolutiones efficiunt, duabus manibus circũducentes.

apia cōueniat, ſed certè aliquos, & quibus
ex interuallo frictiones ſint interpoſitæ.
Quæ nanque & continuæ & vehementes
ſunt illæ, exercitationis, quam præparato-
riam vocant, ſunt propriæ: quæ verò nec
continuæ, nec vehementes, apotherapiæ.
Itaq; concertatorē ſubinde [cōplectatur,]
ſubinde repellat, ſæpe etiam hoc ipſo tē-
pore mutet, ſæpe ipſe à tergo gymnaſtæ
incumbens, ac crurū vtrunq; per vices ipſi
circumplectens, idq; cum tenſione aliqua
haudquaquam vrgēte, ab aliis qui cōmo-
dè cōtrectent, fricetur. Hac enim vel ma-
ximè ratione, & calorem, qui exercitando
eſt adauctus, ſeruauerit: & ſimul excremē-
ta propriis ipſis, tum tēſionibus, tum mo-
tibus eiecerit. Ad quòd ſanè opus ſpiritus
quoq; cohibitio, non parū mihi conduce-
re videtur: quippe qui vndique *cōpulſus,
in anguſtos ſe recipere meatus cogitur,
eoſq; ſi amplius truſus propulſusq; fuerit,
etiam penitus tranſire, atq; extenuati iam
excremēti ſecū nōnihil arripere. Ad hunc
ſanè modū exilia inſtrumentorū forami-
na, vehementiore ſpiritus inflatu expur-
gantis opifices videas. Nā quantū is vltrà
per vim coactus impellitur, tantū ab ipſo
quædam impelluntur, quædā trahuntur,
totamq; viam peregiſſe properant. Et tru-
du

[In græco legitur ἐνανειλίσθω, id eſt, reuoluatur, & ita vertit vetus interpres.

**Mendosè legitur in græ. codi. impreſsis ἐνθούμενοι, pro ὠθούμενον.*

duntur quidẽ, quæ antè occurrunt: attrahũtur quę ad latus sunt posita, impetu ipsius motus vtraq; acta. Quinetiã inter ipsam exercitationẽ, spiritus cohibitionẽ interponunt optimi gymnastæ, atq; etiã quam supra cõprehendimus, ipsam, quæ apotherapiæ debetur, frictionẽ, simul hominem quũ lassitudo incipit, recreantes, simul cutis meatus paulatim expurgãtes, quò videlicet perspicabile simul, purũq; corpus ad subsequẽtes labores sit: quum alioqui verendũ sit, ne, si nihil tale gymnasta prouiderit, obstruat potius prædictos meatus quàm expurget: propterea quòd vehemẽtissimi materiæ impetus, diuersis temporibus, ac rationibus cõtrarios edere effectus possunt, obstruere quidẽ, quũ crassum simul, ac multum fuerit, quòd confertim ac præceps agit᷑, purgare, cũ exiguũ tenueq; est, nec præpropere, nec violenter cogitur simul omne expelli. Apparet enim ita accidere in omnibus, tũ externis instrumẽtis, tum verò calathorũ plexibus, quippe eluitur, extergeturq; ex his omne superuacuũ, non quum egredientibus adhuc paulatim prioribus, alia violẽter à tergo irruũt (verendũ enim interim est, ne quæ in transitu sunt impacta innixaq; inuicẽ viã obstruãt), sed cum prioribus, [vel iam exeuntibus,]

vel

vel planè vacuatis, alia poſtmodũ vacuã-
tur. Et quid de exiguis meatibus miremur,
quum etiã è theatris multitudo quæ cõfer
tim egredi conatur, in exitu hæret? Ob
hæc itaq; qui etiã in mediis laboribus apo
therapia vtũtur, gymnaſtas laudo potiſsi-
mumq́; in his quos †grauia (quæ vocãt) cer
tamina exercẽt: verùm de his poſteà. Qui
autem nũc nobis propoſitus iuuenis eſt, in
hoc nõ athleticum habitũ, ſed ad ſanitatẽ
tuendã cõſilia diriguntur, quo minus aut
multis exercitationibus, aut coacta come
ſtione eſt opus, aut etiam ſuillæ carnis co-
pia aut pane id genus, quo graues athletæ
vtuntur. Atq; his omnibus de cauſis timẽ-
dum huic non eſt, ne exiles eius meatus
obſtruantur, ſi modò probè eſt præpara-
tus, ſcilicet idonea frictione ac laboribus,
qui ex paruis paulatim creſcant. Graui ve-
rò athletæ niſi omnia probè adminiſtren
tur, ob ciborũ tum qualitatẽ, tum quanti-
tatem, verendũ in exercitationibus eſt, ne
obſtruantur potius, quàm expurgentur
meatus. At de apotherapia quidẽ abundè
mihi dictũ iam eſt, deinceps ad balnea ve-
niamus, illud †modò de propoſitis præfa-
ri, quòd ſi quis hæc paucioribus interpre-
tabitur, is meritò prolixitatẽ ſermonis no
ſtri accuſet: verùm ſi quis, aut neceſſarium

aliq

†Mendosè legitur in codi. Ald. καρεῖς pro βαρεῖς.

†Mendosè legitur in cod. Ald. οὔ pro ἔτι id est, adhuc, vt legitur in veteri.

aliquod theorema, aut quæ id confirment euidentes demonſtrationes præteriēs breuitate ſe vſum putat, hunc non tam de tali breuitate ſibi placere, quàm certè pudore affici par eſt. Ego verò etſi iuſtũ volumen ſcribere de apotherapia potuiſſem, tamen id faciendum nõ cenſui, vt qui longitudinem huius operis cõtrahere maximè ſtudui. Si enim ad ea refellenda, quæ perperã à pleriſq; ſunt ſcripta, me conuertere voluiſſem, nec paruã, nec certè leuem materiam longioris ſermonis habuiſſem: verũ arbitror, ex iis quæ demõſtraui, ſatis me ſeminum dediſſe iis, qui ſaltẽ nõ planè hebetes ſunt, eiuſmodi omnia refellẽdı. Quũ enim dicat Aſclepiades ſpiritus cohibitionẽ caput opplere, ex iis, quæ ipſe paulò ante definiui, quũ differentias eius traderẽ, poteſt qui volet hominis ſentẽtiã refellere. Similiter in ſecundo quoq; volumine, licuit etiam mihi omnibus exercitationibus ſingulatim percenſitis, librũ producere: ſicuti quum alii nõnulli fecerunt, tum qui belliſsimè totã materiam eſt executus Theon Alexandrinus: is enim quatuor libros nõ alia de re, quàm de particularibus exercitiis ſcripſit. Quæ & mihi dixiſſe licuit, vt qui tũ melius quàm ille interpretari potuerim, tum verò aliorum meminiſſe

non

non paucorũ, quæ ſunt operis exercitationum cõmunia. Is enim quũ illud ſibi propoſuiſſet, vt quẽadmodum athletæ maximè exercitarẽtur, doceret, in his multũ verborum abſumpſit. Poteſt autem qui volet, & de iis, quas ſingulæ artes præſtant, exercitationibus, diſſerere: atque hæc quidem iis, qui longitudinem operis parum æquo animo ferunt, dicta ſint. Nunc de balneis agere tẽpeſtiuum videtur: ac primùm quidem de aquis dulcibus calefactis, vt quorum crebrior ſit vſus: mox de frigidis, poſtremò de iis quas ſponte natas appellant: quarum aliæ media temperie, aliæ feruentes, aliæ tepidæ, aliæ omnino frigidæ ſunt. Dulcium calefactarum aquarum ſi media temperie ſint, vis calida & humida eſt: ſin tepidiores ſint, humida & frigida: quòd ſi iuſtò calidiores fiant, calida quidẽ, ſed nõ perinde humida. Quippe horrere corpora, cõtrahiq; exiles eorũ meatus ſubigũt, ita vt nec madeſcere ab extrinſecus accedẽte humore poſſint, nec excremẽti, quod intus latet, quicquam emittere. Cæterùm ab iis incipiendum, quæ medium temperamentum obtinent, quæ per ſe ſemper calefaciunt & humectãt. Euenit tamen ex accidẽte, vt aut per halitum digerant humores, aut ſuperuacua fluxione (ῥεῦμα Græci

vocant)corporis particulas impleant, aut molliant,aut cōcoquant,aut vires firment vel infirment:ſiquidem ad hæc, quantitas quoque earum,nō minimū confert. Quin alios quoque multos lauationis aquæ tēpe ratę & potabilis effectus,qui iam compre-henſis ſuperueniant,enumerare licet:quo-rū qui propoſito nūc operi ſunt accōmodi, dicētur quàm fieri poteſt paucisſimis,dila to videlicet in aliud tēpus eo,quē in mor-bis præſtat,vſu.Sed quod ad ſanitatis tuen dæ ſpectat vſum, iuuenis in ſermone pro-poſitus iam exercitatus redeat, vt prius eſt cōprehēſum. Huic igitur prædicti balnei perexiguus eſt vſus, vt qui omnia iam ex mediocri exercitatione, & iam dicta apo-therapia eſt cōſecutus.Nihilo ſecius tamē ſi probè balneū adhibebas, †ipſum quoq; apotherapiæ pars aliqua ſit: ſi quidem du-ras tenſasq; partes emollit,excrementum, *putreque, ſi quod intus ad cutim hæret, euocat: verùm neutrius horum egere vi-detur propoſitus iuuenis: nec vllū aut mol lioris carnis,aut adipis†liquamentum,cre-dibile eſt illi inter exercitandum euenire, quum & immodicos & vehemētes motus talia ſequebātur,huic verò non ſolùm ex-pulſa omnia excremēta, ſed etiā emollitæ ſolidæ partes ſunt, obiter dū apotherapia eſt

†In veteri græco codi. legitur μέρος ἂν τιθείνοιτο καὶ αὐτὰ, νῦν μέρος ἂν γεγίνοιτο καὶ αὐτὸ vt in impreßis.

**Σύντηγμα eſt in græco, hoc eſt colliquamentum.*

† Σύντηγμα.

est vsus. Quare elui sibi in balneo sudorẽ & puluerẽ, si quando hoc vtitur, magis postulat quàm calefieri. Ergo transire tãtùm ad solium vsque, nõ † in laconico immorari is debebit, sicuti qui citra exercitationẽ seipsos elixant. Sed nec morari in piscina huic est opus: imò lotus, vt comprehensum est, ad frigidam festinet: atque ipsa quoq; medio temperamento esto, vtpote ad medii temperamẽti corpus. Quibus enim aut vehementer frigida opus sit, aut molli, & veluti insolata, pòst dicemus. Cæterùm optimum corpus quoad augescit, dictũ suprà est, nõ esse frigida lauandum, ne eius incrementum moretur. Vbi verò abundè est auctus, iam frigidæ quoq; assuefaciendus, vt quæ tum corpus vniuersum roboret, tũ cutẽ densam duramq; efficiat: quod sanè tutissimum est, aduersus noxas quæ extrinsecus imminent. Quemadmodum verò quispiã frigida lauari primùm incipiet, sic vt nullã ex subitaria mutatiõe noxam sentiat, id vtiq; ante omnia sciri conuenit. Multi enim, quũ parũ rectè incepissent, adeò in frigidã lauationẽ malè fuere affecti, vt nec iis, qui tutissimè eã administrare potuissent, se pmitterẽt. Esto igitur anni tẽpus æstatis initiũ, quo videlicet ante hiemem in toto interposito tẽpore, non

† Τῷ βαλανείῳ, id est in balneo.

3

ſpernenda conſuetudo pariatur. Eſto præ-
tereà dies quo auſpicabimur, quàm maxi-
mè trāquillus,& quoad id tēpus feret,cali-
diſsimus:cuius etiam calidiſsimā deligen-
dam eſſe partē,nemo dubitet:ſicuti etiam
gymnaſteriū, quod mediocri maximè ſit
tēperamēto: & externa quidē præparatio
talis eſt.~~Corpus ipſum quod vti frigida de-
bebit, ad hunc modum præparabitur:~~Eſto
illi ætas quarti maximè ſeptenii medium,
nulla nec ipſo die,nec quæ eā præceſsit no
ćte,noua re alterato,ſed priſtinam ſalubri-
tatē ad vnguem ſeruanti.Eſto verò qui fri
gida vtetur iuuenis, & † animo tū præſen-
te,tum planè hilari:ſi quādo aliàs etiā tūc
pręcipuè,ac primùm quidē fricetur linteis
vberius.Sunto autē frićtiones magis nunc
quàm antè vehemētes,atq; etiā linteis du-
rioribus adminiſtratæ. Quòd ſi manicas
cōſutas manibus progymnaſta circunda-
bit,atq; ita fricabit,quò fiat opus æquabi-
lius, nō minimè ad rē pertinebit. Dehinc
oleo,prout aſſueuit,fricetur:inde exercite
tur,exercitationibus multitudine quidem
paribus,ſed citatioribus quàm antè.Ab his
in frigidā deſcendat,nō tamen cunćtāter,
ſed celeriter, vel etiā ſemel totus inſiliat:
huc vtrobique ſpećtans, vt vno maximè
tēpore omnibus corporis partibus humor

† Mēdosè legitur in græc. cod. impreßis ἄθυμος, id eſt triſtis, pro εὔθυμος. i. alacris.

circ

circũfundatur: quippe quum ſi ſenſim his accedet,horrorem cõcitaturus ſit.Eſto verò & aqua ipſa nec tepida, nec planè cruda,& glacialis: altera nãq; repercuſſum caloris †non] efficit:altera ferit inſuetos ac refrigerat.Siquidẽ procedente tẽpore,tali quoque aqua vtatur iuuenis, ſi neceſsitas exigat: verùm primo ſaltem die omnino cauenda eſt admodũ frigida.Exeunti verò ab aqua fricari oleo,idq; à pluribus expedit,quoad cutis ipſa incaleat: poſt hæc cibũ plus quàm cõſuetũ,potionẽ intra conſuetudinem capiat:quæ ipſemet vel iniuſſus faciet, ritè modò omnia ſint peracta. Nam à frigida lauatione & plus appetũt, & melius concoquunt, ac minùs ſitiũt,veniuntq; ad exercitationes poſtridie planè meliore habitu:corporis quidẽ mole pari ei quæ antè,cæterùm cõpacta & muſculoſiore,ac vegetiore:cute verò duriore ac dẽſiore.In hoc ergo, ſecũdo præterea die ſimiliter omnia ſunt peragenda, etiã tertio & quarto.Poſteà verò procedente tempore,ad eundem modum frigidã iterum ingredi iubebimus, videlicet poſt eam quæ priori ingreſſui ſucceſsit frictionem , vt prius eſt cõprehenſum: verùm tertio eam ingredi,quod nonnullis placuit,nõ laudo. Nam & iterum id feciſſe,abundè ſatis mi-

† In græc. cod. impſſis deeſt ob id eſt non, quod habetur in veteri.

hi esse videtur, præsertim quum pro arbitrio nostro immorari hominem iubere liceat. Ipsum verò immorandi tempus, hîc quoque à quotidiana ipsius experientia est coniectandum. † Nam si egressus frigidã, coloratior ex frictione citò redditur, mediocriter moratum indicat: sin & tardius ei calor redeat, & decolor diutius maneat, plus æquo moratum docet. Si ergo cutis notis intentus sis, facilè intelliges, an par tempus posteà in frigida sit habendus, an potius ad maius minúsve aliquid sit mutandum. Et de frigida lauatione quod ad optimam naturam spectet, abundè dictũ arbitror. Superest quemadmodum peccata, si qua inciderint, commodissimè corrigas, differere. Vt enim quàm maximè statum corporis irreprehẽsibilẽ sortitus quispiam sit, ac ab omnibus, quæ in vita contingunt, negotiis liber sit, & sibi vni viuẽs, fieri tamen nequit, vt non aliquando vel ipse, vel is qui ei præficitur, aberret. Primùm igitur nõ absimile est in id maximè & frequẽtissimè peccatum incidere iuuenem exercitationibus deditum, quæ lassitudo appellatur: de qua multis iam nõ solùm medicis, aut gymnastis, sed etiam philosophis est proditum, veluti Theophrasto, qui integrum de ea volumen scripsit.

† Mendosè legitur in græc. cod. impressis μὴ. id est non pro μὲν. id est quidem.

Eg

Ego verò hîc quoq; longitudini parcens, † quæ nõnullis parum rectè sunt tradita, ea transire statui: quæ verò maximè sunt necessaria iis, qui sanitatẽ tuendam profitentur, hæc vnà cum accommodatis demonstrationibus explicare, ac primùm de notione eius agere. Quippe rectè se habet ab hac orsos, sic ad essentiam eius explicandam accedere. Ergo lassitudinis notionẽ intelligentiamq; sunt qui accipiant, * dũ vsti, extentique sibi esse] videntur: idque aut omnibus corporis partibus, aut iis tantùm quibus laborarint: quidam dum tristi, molestoq; sensu inter mouendum afficiuntur, quem alii, indicibilem dixere, alii vlcerosum appellauere: nonnulli quũ mẽbra seu contusa, & phlegmone obsessa sentiũt. Non desunt & qui simplices hos affectus inter se miscent, & qui tẽsionis est, & qui vlcerosus, & qui phlegmones speciem præfert. Alii duos ex his miscent, aut eum qui vlceris emphasim exhibet, ei qui tensioni assimilatur, aut eũ qui phlegmones sensum affert, seorsum cum vtroque: ita vt sint in vniuersum sententię de lassitudinis notione septem. Quæ sanè omnes vt veræ ex parte sunt, ita in totũ simplici absolutoq; sermone non sunt. Nam siue vlceris sensus quum mouentur se exhibet, siue

† In gr. codi. impress. legitur πεπρῆσθαι τε καὶ τετρῶσθαι. i. secari, & pertundi, seu vulnerari, sed in veteri legitur ἐμπεπρᾶσθαι καὶ τείνεσθαι. quã lectionẽ est secutus interpres, & sic legitur etiã paulò infrà in impressis, & paulò pòst vt annotauim9, sic ex veteri alius locus est castigãdus.

phlegmones, siue incendi, tendiq; videntur: siue duo quilibet horum, siue etiam omnes coëant, κόπος græcè dicitur, id est lassitudo, eorum affectuũ vnusquisque. Quò fit vt septem eius in vniuersum differẽtiæ sint simplices tres, cõpositæ quatuor. Corporis verò quod his sit affectum remedia, quædam propria cuiusq; lassitudinis sunt; quędam omnibus communia. De his mox dicetur, si prius de affectu quodam, qui lassitudines comitatur dixero, quem decepti nonnulli lassitudinem nominant, is qualis sit, & quas notas habeat, illustrius apparebit, si cuiusq; lassitudinis essentiam prius disquisiuerimus. Hactenus enim ipsa symptomata dicta sunt. Illa enim, quòd †incẽdi] tendiq; corpus videatur, & ꝙ mouenti se, vel vlceris, vel phlegmones sensus oboriatur, affectiones nõ sunt, sed symptomata: Affectiones verò corporum, quibus hæc superuenire solẽt, tres simplices sunt, quatuor cõpositæ. Et vlcerosus quidẽ affectus oritur ab excrementorũ copia tenuiũ simul, & acrium: quæ nimirũ inter exercitãdum proueniũt, duplici ex causa: aut eo excremẽto quod crassius erat fuso, & attenuato, non tamen toto expulso, aut adipe mollíve carne liquata. Necesse est enim abs tali humore ceu tenui, atq; acri, pũgi & qu

† In impressis legitur πεπρῆσθαι, i. securi: sed in veteri πιμπρᾶσθαι, i. vri.

uaſi vulnerari tum cutem,tum ipſam car
em ſic,vt etiã horror interim oboriatur:
nò etiã quadãtenus cõcuſsio cõmotioq;
otius corporis inęqualis,quod gręci ῥῖγος
ocãt,ſi modo admodũ tum copioſius hu-
or is,tũ acer ſit:ac talis quidem eſt vlce-
ſa laſsitudo. Vbi autẽ tendi ſolùm mem
a videntur,vlceris verò ſenſus non eſt,in
ac certè laſsitudine nullũ excrementum,
quo ratio vlla ſit habenda,in corpore
ontinetur:ſed reſidet in muſculis & ner-
s,ex nimia tenſione quam exercitando
miſerunt,affectus quidã,effectricis cau-
poteſtatem teſtificans. Accidit nanque
vehementi tenſione omnes muſculorũ
ras tendi, non tamen ſimiliter omnes
ſari,ſed eas maximè,quæ per longitudi
m tẽſionis porrigũtur:quippe quæ obli-
iores quodammodo iacẽt, minùs in di-
ctum agũtur,quare his nullũ inſtat pe-
ulum. In his verò quæ immoderatius
nt extenſæ,ita vt parum à rumpẽdo ab-
t,relinquitur affectio quædam ſimilis
quæ inter agendũ fiebat: quippe tendi
huc videntur,quũ tamen nulla iam ten-
ne vrgeãtur. Tertia verò laſsitudinum
ferentia,qua nimirum ceu cõtuſas, aut
egmone obſeſſas partes ſentimus,tum
ximè ſolet incidere, quum muſculi ni-

mium excalfacti attraxere quippiã ex circum fusis sibi excrementis. Quòd si etiam tum tẽdonibus, tum neruis idem affectus incidit, ὀστόκοπον græcè, quasi ossium dolorem eum affectum nominant: ob penitiorẽ scilicet sensum, partibus quæ in alto maximè corpore sunt positæ, nomen tribuẽtes: quippe summum locum cutis occupat, secundum ab ea musculi habent, vtiq; circum ossa positi: at tendones ipsis ossibus adhærẽt. Quo magis rationabile est, quũ hi quicquam prædictorum patiũtur, videri in imo, ac circa ipsa ossa affectionẽ hærere. Atque hæ quidem solæ tres simplices lassitudinum differentiæ sunt, compositæ verò ex his (vt iam dictum est) quatuor sunt, de quibus mox agendum, si tamen prius simplices vniuersas absoluero. Est nanque affectio alia quoque, quæ ceu lassitudo fit, nonnullis imponit. Hęc incidit, quũ supra iustum musculi siccantur, sic vt squalens cõtractũq; corpus appareat, atq; ad motus quodã modo pigrũ: nõ tamen ei quicquã eorum quæ modò diximus inest, neq; is qui veluti vlceris, aut tensionis est, multoq; minus qui veluti phlegmone est sensus. Quippe diuersissimus aspectus eiusmodi affectiõis est, & eius quã vltimo loco retulimus. Hæc nãq; [squalens & contractius

[*In Græcis cod. impressus legitur* αὐχμῶδες καὶ προσε

ctius

ius corpus efficit]at quę phlegmones sen um præfert, mole etiam quàm pro natura mpliore. Quare quatuor in vniuersũ sim lices affectiões sunt, quarum singulis sua int remedia. Ordiendum verò ab ea, quæ lceris sensum inuehit, quam etiam ab ex- rementorũ acrimonia ortã diximus: hæc naximè in ea incidit corpora, quæ & mali ucci sunt, & excrementis abundãt. Succe- it verò recentibus cruditatibus, quũ aut xercitãtur immoderatius, aut in sole sunt norati. Cæterùm nihil obstat, quin in cor ore boni succi citra cruditatẽ proueniãt, tiq; ob exercitationis nimium excessum: ıne excitare eam solent, celeres ac multi notus. In hac verò lassitudine etiam den- n esse, horrereq; cutis videtur. Fatẽturq; ui ea sunt affecti, inter mouendum dole- e sibi vlceris ritu, alii cutim tantùm, alii ubiectã etiam carnẽ. Remediũ huius, ex s, quæ affectioni sunt contraria, cõpara- ur: quippe si quæ redundãt euapores, ma- um cessabit. Sanè euaporabũtur frictione nulta, molliq; cũ oleo * à quo oĩs astrin- endi vis abest: quod genus maximè Sabi- um est. Aduersissimũ verò huic affectio- i est, quod ex Hispania portatur, & ex Ibe ia. Vocant autem Hispanum, tum quod mphacinũ vocãt, vel ὠμοτριβὲς, id est, cru- dum.

σαλμῖνος ἀπεργάζεται τῷ σώματι, quã lectionẽ sequitur interpres: locus aũt in Aldino tã quam mẽdosus notatur duplici asterisco. in veteri legitur, αὐχμώδεις καὶ προσεσταλμένους ἀπεργάζεται τοὺς μῦς, id est squalidos & cõtractos efficit musculos.

* In græc. est legẽdũ.

dum. Et, vt ſemel dicã, quod auſterum eſt, [illegible] omne id alienum eſt. Adeò guſtu ipſo vim [illegible] eorũ diſcernere licet, etiam ſi de ipſis ante periculum non feceris. Sic nanque & nos quondam in Macedonia deguſtato oleo, quod fit circa Aulonem, qui eſt ſuper Strymonẽ, deprehendimus eandẽ cum Hiſpano vim habere. Quin & reliquorũ omniũ olei generum ita deprehendas vires, etiam quæcunque per abuſionem nominant, ex ſale, ex radicibus, ex herbis, ex germinibus, ex foliis, vel fructibus: propterea videlicet quòd hæc habent. Dictũ verò abũdè de iis omnibus eſt, in operibus his quæ de medicamentis inſcripſimus: nihilo tamen minus etiam in propoſito opere dicetur ſuo loco. Illud tantum in præſentia dixiſſe ſatis ſit, quod planè dulciſsimũ oleum eſt, id eſſe ad propoſitam affectionẽ maximè accommodatum. Hoc igitur copioſo cum multa frictione vtendum, primo quidem die, quo ſuſpectam fore laſsitudinem omnino declines: ſecundo verò, vt ſi qua incidit, diſcutiatur. Diſcutit porrò eã exercitatio, quæ apotherapia dicitur, in qua ſcilicet motus adhibeas quãtitate mediocres, qualitate tardiores: idq; cum frequẽti interpoſita his quiete: qua vtique fricare hominẽ oportet pluribus cõtrectantibus, quò

μὴ δὲ μίαν ἔχοντι στύψιν, nõ ἔχοντα vt mẽdosè in impreßis.

rò nec refrigeſcat pars vlla,& ocyſsimè
excrementa digerantur. Porrò frictionum
vſus adhibebitur, in iis qui in cute & ſub
cute excrementorũ collectam vim habẽt.
Motuũ verò quos ipſemet edat, in altera
laſsitudine, ſcilicet in qua plus eſt in ipſis
muſculis cõgeſtũ. Quæ enim in his coacta
excrementa ſunt, ſola frictio educere non
poteſt: his enim opus eſt non ſolùm ab ali-
quo foris attrahi, verùm etiam ab altero
copiam intrinſecus impelli. Impellit ea
partim calor ipſe, qui per motũ accẽditur,
partim ſpiritus qui vnà emittitur, partim
ipſa muſculorũ tenſio, ſuper hæc verò, ipſa
ſingularum partium excretoria alieni vis.
Altera verò laſsitudo in qua tẽſio ſentitur,
illud pro remedio poſtulat, quod Hippo-
crati græcè χάλασις, id eſt relaxatio dici-
tur. Ea nanq; tenſioni cõtraria eſt, ad eum
modũ quo duritati mollities, ait enim ita:
Cutis duræ mollitio, diſtentæ remiſsio.]
Seu duro molle, diſtẽto remiſſum laxũq;
contrarium ſit. Sanè remittitur quod diſten
tum eſt in aliis quidem affectibus, quos in
quinto de ſimpliciũ medicamentorũ viri-
bus diximus, alia ratione. Quod verò per
exercitationẽ incidit, tum pauca molliq;
frictione, eaq; ex oleo dulci, atq; †egelido, †εἰλυθε-
rum intermiſsione omnino, aut etiã quie- ρὸς.
te:

te:prætereà lauatione medii temperamẽti atq; in calida pluſcula mora,adeò ſi bis térve lauabis, plus proderis. Hi verò & poſt balneũ vngi deſiderant priuſquã veſtiantur. Quòd ſi propter ſudorẽ fortè aliquẽ pingue deterſerint, rurſus vngi deſiderãt. Quinetiam poſtero die,quum è cubili ſurgunt,vngi his expedit:nũquam tamẽ oleo vltimè frigido,nec dura frictione.Incidit certè huiuſmodi laſsitudo iis,quibus ſalubris ſuccus eſt,poſt robuſtas potius quàm celeres exercitationes : redditq; laſſatos ipſos pigros admodum,ægreq; flexibiles. Nõ tamẽ hi denſi horrẽteſq; apparẽt,quẽ admodum quos paulò antè cõprehẽdimus cæterùm contracti,aridiq; nõ minus ipſis apparẽt:tactu verò calidiores vidẽtur,nõ ſolùm iis,quos vlceroſa laſsitudo vrget, ſed etiã quàm ipſimet quũ ſani eſſent. Tertia laſsitudo ex vehementiſsimis naſcitur motibus,ſolaq; ſupra naturalẽ habitũ muſculos attollit ſic,vt phlegmone perſimilis affectio ſit:itaq; & leui tactu offenduntur,& calidiores apparent : dolẽt verò etiã ſi ipſi per ſe moueri conentur. Incidit hæc laſsitudo his plurimùm,qui aſſueti exercitationibus nõ ſunt:nam exercitari aſſuetis rarò incidit,vtiq; ex vehemẽtiſsimis pluri misq; motibus. Sanationis,verò eius cõſilium

tium ad tria dirigitur,eadem ferè ad quæ
omnium phlegmone obſeſſorũ, nempe ſu-
peruacanei vacuationẽ,extẽti requiem, &
inflammationis refrigerationẽ. Ergo &
oleum copioſum ac tepidum cũ frictione
mollisſima,& longisſima in medii tẽpera-
menti aquis mora,huiuſmodi laſsitudines
emendat: quòd ſi paulò tepidior aqua ſit,
plus proderit.Ad eũdẽ modũ multa quies,
& vnctio aſsidua, denique omnia quæ id
quod laſſatum eſt,quiete,lenimentóq; re-
creẽt,ac quod ſuperuacuũ eſt per halitũ di
gerãt. Sed putet fortaſſe quiſpiã laſsitudi-
nẽ hãc nec ſimplicẽ eſſe,nec à duabus iam
traditis tertiam,ſed ex his compoſitã: nec
aliũde cõſtantem,quàm ex neruoſarũ par-
tiũ tenſione,& vlceris ſenſu.Calorẽ nãq;
qui in huiuſmodi laſsitudine ſentitur, in
aliis quoq; naturaliter ineſſe,veluti in me
moratarũ vtraq;:nec tamẽ cõplendæ no-
tionis,ſubſtantiæ've partem eſſe vllam.Ve
rùm illud huic vni egregiè præter cæteras
ineſt,nẽpe maior,quàm pro naturali habi
tu,tumor:tũ quòd nec grauitas ſenſus ſimi
lis in hac,& tenſionis laſsitudine habetur.
Quippe in illa tẽdi in hac cõtuſos eſſe vſq;
ad oſſa neruos putãt,qui ipſa laborãt.Qua
re in his ſaltẽ propriũ à reliquis duabus
diſcrimen habet:nec eſt cõpoſita tantùm.

Tre

Treſ igitur ſiue corporis ſtatus, ſiue affectus, ſiue quid aliud dixiſſe velis, hi ſunt. Eſt alia quædam ſuper has quarta, ſimili quidē laſsitudini, nō tamē laſsitudo, quòd neq; vlceris, neq; tenſionis, neq; phlegmones affectū præ ſe ferat: ſed nec horrorem vllum dolorem've, nec pigritiā ad motus quēadmodū laſsitudines, infert: ſed † gracilitatem tantum ariditatēq; facit. Incidit quidē hæc in corporibus boni ſucci, & exercitationi aſſuetis, vbi immodicè exercitata, parū ritè apotherapia ſunt vſa. Quippe ita & digerūtur excremēta, &, quæ tenſa fuerāt, laxantur, nec aliud in corpore relinquitur præter ſiccitatē, quā ex immodico motu cōtraxerunt. Poſtulat autē primo die nihil ſanè diuerſum ab iis, quæ prius dicta ſunt, præter calidiorem aquam, quæ ſenſim contrahat, & calefaciat, & roboret cutē. Secūdo die apotherapiæ exercitationem, quæ tum in motu, tum frictione, & pauca, & mollis, & tarda ſit: prætereà ſoliū ſimiliter calidū, verùm protinus in frigidam exiliant, quò videlicet ipſis robur in cute vnà cum calore cōſtet. Nam & minus in ſequēti tempore per halitū amittunt, & facilè in carnē cutemq; nutrimentum reſumunt: quo maius his cōmodum nullum profectò inuenias, vt qui nullum notabilem

† Mendosè legitur in Græc. cod. impreßis ἰσχνοτάτην δὲ μόνην ἅμα ξηροτάτην pro ἰσχνότητα δὲ μόνην ἅμα καὶ ξηρότητα, vt legitur in veteri.

em affectum, præter carnis gracilitatem ariditatemq;, habeant. Quippe postulat (arbitror) tale saltem corpus, nutriri simul ac madefieri, quorũ vtrunq; ex humido nutrimento optimè assequetur. Quoniã verò facta semel mẽtio de victu post balneũ est, nõ alienũ fuerit, & de eo, qui ad lassitudines pertinet, precipere. Vlcerosa igitur lassitudo post legitimã apotherapiã, cõsuetũ nutrimẽtũ desiderat, aut etiã parcius, prætereà humidius. Quòd si in ipsa apotherapia, in quartũ migrauerit affectum (assolet enim ita plerunq; fieri) pro ipsius ratione, tum lauetur, tum nutriatur. At quæ tẽsionẽ lassitudo præfert, ea etiã magis quàm vlcerosa parcè nutriri postulat: quæ verò phlegmones sensum affert, ea supra reliquas omnes, tum humidissimũ, tum minimum, tum verò, quòd refrigerans quippiam habeat, requirit. Boni succi tamẽ nutrimẽtũ, omnes qui lassitudine grauãtur iuxtà postulant, quali nimirũ propositus nobis iuuenis adhuc integer vtebatur. Cauẽdus tamen in vlcerosa, & ea quę phlegmones sensum exhibet, glutinosus cibus est, ceu qui excrementorũ digestionẽ moretur. At in tensionis lassitudine, etiã exhibendũ eiusmodi nutrimẽtũ est, sed minuto eius modo. Quo minus mirũ est, si multiplex pu-

gna non plebeis modò inter ſe ſed etiã doctis, & inter ſe & cum plebeis oritur, dum neque de exercitationibus neq; frictionibus, neque balneis, neq; victu laſſatorum conſentiunt. Quippe alios affirmare audias, laſsitudinem laſsitudine eſſe abolendam: alios laborem quiete ſanari, alios parcius nutriendos, qui laſsitudine premũtur: alios contrà, non modò de conſueto nutrimento non demendum quicquam, ſed etiã tantò plus adiiciendum, quãto plus ſe fatigauerint: ad portionem enim laborum, nutrimentum exhibendum: alios rurſus nec adiiciendum quicquam nutrimẽti modò nec etiam demendum. Ad eundẽ modum balneo quoq; vtuntur, alii ex aquis medii temperamenti, alii calidioribus, alij tepidioribus. Nam & experiẽtia ad id tantùm probãdum quod viſu ſæpè vſurpauit, quẽlibet impellit: †& præterea ratio, vtpote quam quiſq; abſolutam ſe habere putauit: vt ſuprà dictum eſt. Verùm quum vnũ tantùm laſsitudinis ſenſum traderet, reliquis (ceu non ſint) præteritis eius tãtummodo quam nouit, remediũ docuit. Ergo verum eſt, & quod laſsitudine laſsitudo ſoluitur, quũ videlicet heſternis exercitationibus, pares poſtridie adhibendas videtur expediens. Et laſsitudinis medelam eſſe quietem

†Hic locus in græcis cod. impreßis est deprauatus, habẽt enim οὔτε λόγος ὡς ἂν καὶ τέλειος ὑπάρχων ἑκάστῳ *pro* οὔ,τε λόγος ὡς ἂν μὴ τέλειος

rem quippe id consilii, partim in iis quæ ex congestis excrementis lassitudines consi-tunt, ac præcipuè vbi in musculis excremẽ a hæserunt, partim in iis, quæ tensionis & phlegmones emphasin præbẽt, vtile vide-ur. Iam illud quoq; verum est qui lassitu-dine grauantur eos parcius esse nutriẽdos: d enim cõducere videtur, ei qui phlegmo nes sensum præfert. Verum prætereà est, & consuetudine esse nutriendum: id nanq; in vlcerosa lassitudine, vbi rectè apotherapia sunt vsi, fieri obseruatũ est: sicut etiã vbe-rius cibãdum in affectu, quem similem las situdinibus diximus, in quem ex vlcerosa quoq; nõnulli trãseunt. Simili ratione & medii temperamenti aquis esse lauandum n his quę ex redundantia superuacuorum natæ sunt, verum fateor: sed nec illud ve-rum negem, eiusmodi aquis non esse vten dũ, nec in ea quæ phlegmones sensum præ fert, quum tepidiores hæc desideret: nec in his qui similem lassitudini affectum sen tiunt, hi nanque calidiores volunt. Sunt & qui eum affectum lassitudinem esse putẽt: alii quinã affectus sit, nõ dixerunt. In qui-buscunq; verò suspicio futuræ lassitudinis subest, suadent calidiore aqua in balneo vti, causamq; assignãt, sicut ipsi suprà retu limus. Alii distributioni in corpus, alii nu-

ὑπάρχον ἑκάστῳ, vt verten dũ sit, & prætereà ratio vt po te quæ quũ cuiq; absoluta non insit, vnũ tãtũ lassitudinis affectũ ostendens, atq; reliquos, tanquam non sint, præteriens, illius tantũ quẽ nouit, curationẽ edocet.

tritioni id genus balnei cōducere dicētes. Non tamē rationē vllā afferūt, cuius gratia eiusmodi distributione, & nutrimento prohiberi lassitudo possit. Sed nec omnino qualis sit ipse lassitudinis affectus, scribūt: nam maior eorū pars nihil dixit. Qui verò dicere ausi sunt, siccitatē esse definiuerunt. Ac quòd nutrimentū siccitati medetur, præsertimq́; humectans: quā tamen conditionē maior eorū pars nō adiecit, est sanè verissimū: cæterùm nec remedium id nec cautio lassitudinum est. Sed quum (vti dictum est) mēbra sicciora sunt facta, nulla tamē nec tensio subest, nec tenue, acreq́; excrementum, nec phlegmone similis affectus, reficere nutrimento humectante expedit, quæ exhausto humore sunt siccata: quādo nisi abundè nutrias, & gracilius, & aridius quàm fuerat, postero die corpus cernes. Atq; hūc affectum nōnulli lassitudinē rati, eum existimāt calidiore balneo, & pleniore cibo, ne incidat, prohiberi. Illud tamen quorūdam, sicuti etiā Theonis, demiror, si iam factam lassitudinē similiter sanari nō putant. Nam siue quē modò memorauimus affectū, velit quis esse lassitudinē, nutrimēto illum & soluere debet, & ne fiat prohibere: siue reliquorū quēuis eorū, qui veræ lassitudines sunt, vtiq; par-

ciu

cius in omnibus hominẽ nutrire,& quum adhuc inſtant, & quum iam occuparunt. Illud enim dici nõ poteſt,talẽ ſaltem affectum,qui laſsitudinibus ſuccedit,niſi primo die per nutrimentum plenius corrigatur,in trium aliquã migrare ſolere. Nã ſi ipſa ſolũ ſiccitas in eò viſitur,præter gracilitatem nihil ſequetur amplius : ſi verò caloris quoq; quippiam ſimul adſit,iã febricitare metus eſt: verũ non idẽ ſunt laſsitudo,& febris,tametſi maximè eorũ qui laſsitudinem ſenſerunt , nonnullos febris malè habuit.Sanè Theonem mirari ſubit, hęc in quarto de particularibus exercitiis, vbi de abſoluto exercitio agit , ſcribentem.Quũ laſsitudo aliqua eos qui ita exercitati ſunt,poſtero deinceps die ferè ſequatur,ζεσολουσία,id eſt feruentis aquæ lauatio,minus laſsitudini obnoxios reddit, ſumma corporis accendẽs,deinde ſic Græcè ſubiicit:ἵνα αὕτη σικύας τρόπον τὴν λαμβανομένην τροφὴν ἐπισπωμένη τοῖς κεκμηκόσιν ἀντιδιίληται νεύροις.Is enim,præter alia, veluti ænigma quoddã,verbum ἀντιδιίληται in contextu appoſuit : poſsis enim ita intelligere,quaſi ſumma corporis cucurbitæ more nutrimentũ trahentia, partẽ aliquam eius neruis quoq; diſpẽſet: poſsis & contrà , quaſi ſumma corporis cucurbitæ

modo, id quod ad neruos ferebatur, alimẽtũ ad se trahẽtia impertiant. Ita nimirũ vt priore intellectu ad eutrophiã, id est nutritionem, refectionemq; neruorũ conducat excalfacta cutis. Quippe hãc arbitror eum per ἐπιφάνειαν, id est summa corporis significare, posteriore verò ad ὀλιγοτροφίαν, id est parciorem nutritionem. Quantum itaque ex ipsis verbis licet accipere, mentem Theonis non comperias. Ex his verò quę tum alibi, tũ in † sextodecimo gymnasticõn scribit, minus nutrimenti post absolutum illud exercitium dari cẽset: quãquam ne id quidẽ qua ratione inductus suadet, vsquam docuit. Datur enim minus quàm ex consuetudine nutrimentũ, aut propterea quòd pari opus non est, aut quòd concoqui id non posśit. At prius quidem in his qui plurimum se exercitarunt, verum non est posterius aliubi verum: aliubi certè falsum est. Si cui enim imbecillior cõcoquendi vis est, verum: sin secus, falsum. Inaudiẽda verò concoquendi facultas est, † non ea modò quæ in vẽtriculo, aut venis, aut iecinore agitur, sed etiam quæ in singulis particulis, veluti in iis, de quibus sermo habetur, musculis, in quibus vtique vel maximè affectus is, de quo disputo, cõtinetur. Quippe largius inter exercitandum exhausti [& im

† In veteri Græco cod. legitur ἐν τῷ τρίτῳ, id est in tertio.

† Mendosè legitur in Græco codi. Aldino αὐτῷ pro οὕτω.

imbecilliores,] & graciliores redduntur. Ergo si hæc leuiter his contingãt, vtiq; cõficere cuius indigent, nutrimẽtũ poterũt: sin multum à natura recesserint, nõ poterunt: quorũ Theon nullũ omnino neque intellexit, neq; distinxit. Omnino enim non ratione aliqua, sed experientia, sicut ipse fatetur, post absolutũ illud exercitiũ calidiorem aquã vtilẽ esse obseruauit, sic enim deinceps scribit: [Illud verò siquidẽ rationem habet in promptu, fortunæ id beneficio ferendũ acceptum est: sin minùs quod effecta testantur, id nõ admittendũ, licet quis† certã rationẽ simul se subiicientem non habeat.] Ergo si planè explorato affectu, in quo calidam laudat, causam faceretur ignorare, meritò dignus venia esset: verũ quum citra exceptionẽ, vtilem esse absoluto exercitio ζεστολουσίαν pronunciat, ita enim hãc appellat: possunt autem alii quoque complures affectus id genus exercitationis excipere, accusandus meritò est, quòd deinceps singulos nõ discreuerit. Ipse nanq; nouit etiam quæ phlegmones sensum exhibet, huic exercitationi superuenire: sub qua nimirum in maiorem, quàm pro natura, molẽ attolluntur fatigatæ partes: etiam alteram, quam vnã scribit vtiq; generali symptomati attentus, quòd

†*In græc. codi. impreßis legitur ἐξ ἄκρου. Sed in veteri εὔκαιρον, id est opportunam.*

incremento non naturali est contrarium. Quippe graciliores, in reliquis duabus lassitudinibus reddũtur, atq; etiã, in eo † affectu de quo agitur. Cæterũ non queadmodum trium affectuũ vnum symptωma cõmune est, ita & affectus vnus est. Ac in eo quidem qui ex neruosarũ partiũ tensione consistit, calidiore quàm ex consuetudine lauari nõ oportet: simili ratione nec in iis quos excremẽta excitarunt. In gracilitate verò quæ citra hæc consistit, expedit calidiore aqua, quàm quæ mediocriter se habeat, lauari. Cõtrahitur nanq; hic affectus exausto vehemẽtius inter exercitandũ corpore, eo modo quo in diutina fame accidere solet. Itaq; etiam sic affectorũ refectio, in appositione, & quod detractũ est reponendo, cõsistit: id quod certè accidere, cute adhuc laxa, nequit. Cogere ergo hãc, dẽsareq;, ac astringere prius oportebit, si qua plenioris nutrimenti expectanda est vtilitas. Sanè cogit clauditq; tũ frigida tum feruens aqua. Verũ à frigida lædi hominem metus est, vtpote qui iã ex multa exercitatione, & laxior est redditus, & vacuus. Ex feruenti, vt noxa certè nulla, ita secura in cute dẽsitas paritur, ipso, qui in ea derelinquitur, calore nonnihil etiam conferente. Vnde nec immorari in frigida nimiũ debet,

† In veteri græco codic. pro δὲ legitur τετάρτῃ, id est quarto; fuit autem facilis lapsus vt pro δ' nota numeri quaternarij exscriberet δὲ.

et, qui ita est lauatus: sed, veluti id saltem ecte à Theone obseruatum est, cauere in rigida moram, vt quæ feruētis lauationis ōmoda † frustretur. Sanè ita errare Theoem, vt quod vni affectioni conueniebat, mnibus quadrare præciperet, in causa rat corporū quæ exercitabat habitus: si uidem athletas exercuit, qui ex absoluto llo exercitio, ad quartū erant affectū opportuni, in tertium rarò incidebāt. Itaque uod sæpe obseruauerat, ceu perpetuū pro idit. Quòd si aut vitiosi succi homines, ut mali habitus, aut laborū insuetos, aut mbecillos, aut minimè iuuenes exercuisset, in eiusmodi quidem rarò, in reliquos* verò affectus sæpisimè incidere vidisset. An & hoc quoq; dicere fortasse est superuacuū, quū ipse quoq; fateatur post præparatoriū exercitiū, feruenti esse balneo vtendum: id verò exercitationis genus solis athletis in vsu est. Atqui dicat aliquis illos sponte, & quodā circuitu, alios verò multos vel necessitate, vel vincēdi studio, vel propter alia id genus, eiusmodi exercitationem suscipere. Verū hi saltem post immodicos labores, necesse est vel vnum, vel plures lassitudinū affectus prius contrahāt. Itaq; his duntaxat corporibus, qui bona habitudine sunt, quartus effectus in-

† In græc. co. impressis legitur ἀναλούουσαν, *id est resoluat, sed in veteri legitur,* ἀμβλύνουσαν, *id est retardet.*

† Mēdosè legitur in codi. Aldi. μηδὲν, *pro* μὲν δὲ.

** In græc. codi. anti. pro* ἔτι, *legitur* πέμπτη *id est quinta, facilis autē fuit lapsus vt pro* ἔ

cidit: cuiusmodi sunt tũ athletarũ, qui bene sunt curati, tum propositi nũc in disputatione iuuenis. Et quisquis absolutè pronuntiabit, post vehemẽtissimas exercitationes, calidioris solii vsum esse idoneũ: is vt in vno certè statu verũ affirmabit, ita in tribus planè falletur. Sunt verò per vniuersam tuendæ valetudinis artem, & alia non pauca, quæ tum medici, tũ gymnastæ falsò prodiderunt. Quorũ vnũ omniũ caput est, cõfusa, indiscretaq; obseruatio: dũ quod in vnico quisque notauit affectu, id multis tribuit. Quinetiã affectio quædam †est prædictis proxima, quam ipse Græcè σύγνωσιν appello: de qua quum de lassitudinibus disputationẽ absoluero, mox dicã. Simplices enim earũ differentiæ tres sunt, de quibus iam egimus: post has ~~ex binis copulatis, aliæ fiunt tres~~: ab iis verò ~~septima est, vbi in vnũ coëunt tres notæ~~. Remedii verò cõmune in omnibus consiliũ est, vt ei, quod superat, sis intentus: nec tamen quod reliquũ est, planè cõtẽnas: proprium verò ab ipsis mẽbratim affectibus accipiẽdum est. Ac vniuersas quidem cõiugationes percurrere, longũ sit: sed quod ad claritatem sit satis, vnico exẽplo res peragetur. Si igitur & intumuisse musculi cernũtur, & cõtusi putantur: prætereà vel vlceris

nota quinarij numeri ex scribere tur ἔτι. ita autem esse legendum cõfirmat locus, paulò supra castigatus, vbi pro δ', legebat δι.

ſenſus, vel †tẽſionis] laſsitudo, vnà cum excrementoſa hominẽ malè habet, apotherapia vtendum, quæ vtrunq; reſpiciat, magis tamen id quod eſt maius. Non eſt autẽ in omnibus rebus vnius rationis ipſius maioris natura, ſed alibi pro viribus, & quaſi dignitate rei, alibi pro ipſius propria eſſentia ſpectãda. Ac dignitate quidẽ & viribus maior laſsitudo eſt, quæ phlegmones ſenſum præfert, quàm excrementoſa: vtraq; tamẽ ipſarũ, ſic propriæ ratione eſſentiæ, magna paruaq; eſſe poteſt, vt ſi ſola ſeorſum cõſiſteret. Si igitur vtraq; pari interuallo à naturali habitu receſsit, quæ phlegmone ſimilis eſt, præcipuam curationis ſolicitudinem ad ſe conuertet, vtpote dignitate pollens: ſin exiguè quę phlegmonem, plurimumq; vlceris ſenſum repreſentat à naturali habitu receſsit: æſtimandũ num tantũ ſuperet magnitudine vlceroſa, quãtum quę phlegmone ſimilis eſt viribus, an minùs, an magis, atq; ita quod pollet explorare. Quòd ſi æqualiter pollẽtes videris, pari ſtudio eſt vtriq; cõſulendũ. Atque hæc ratio perpetua ſit omniũ cõiugatorũ affectuum. Sicuti verò laſsitudines ipſæ numero tres, ſi inuicẽ coniungas, quatuor cõiugationes efficiunt: ita ſanè, ſi quartũ his affectũ adiungas, multò plures exiſtẽt.

† In veteri græ. co. legitur φλεγμονώδης, *id eſt phlegmoni ſimilis, nõ* τονώδης, *vt in impreſsis.*

Qu

Quod dicimus,ex deſcriptione licet clarius intelligas.In ea primũ locũ vlceroſus habeto,ſecundũ,in quo tẽſio eſt moleſta: tertiũ, qui phlegmone ſimilis eſt:quartũ, gracilitatis,id eſt,in quo corpus emacuit. Ex his igitur,aut primus cũ ſecundo coniungetur, aut cũ tertio,aut cũ quarto,aut rurſus,ſecũdus cum tertio,vel quarto,aut denique tertius cũ quarto:ita nimirum vt ex binis cõiunctis affectibus,ſex in vniuerſum cõplexiones oriantur. Rurſus quum tres vnà miſcueris,quatuor aliæ fiunt.Nã aut primũ iunxeris cum ſecundo & tertio, aut cum ſecũdo & quarto,aut cũ tertio & quarto:aut rurſus, ſecundũ cum tertio & 1
quarto.Poſtrema omnium cõplexionum erit,vbi quatuor ſimul coïerint,ita vt vndecim numero in totũ fiant.Erant verò & ſimplices quatuor,efficiuntur itaq; in vniuerſum quindecim. Simplices affectus. Vlceroſus

A. Tenſionis B. In quo plegmones ſenſus eſt,C. Gracilitatis D. Compoſiti. AB.
A.C. A D. B C. B D. C D. A B C.
A B D. A C D. B C D. A B C D. 2

Quod ſi prætereà occluſæ cutis(ςίγνοσιν græcè voco)differentias,tum ſecũ,tũ verò cũ his quindecim cõplicueris,alias rurſus cõplexiones effeceris plurimas.Si verò

ἀγ eos quoq; corporis ſtatus,qui aut à cru-
ditate,aut venere,aut deuſtione,aut vigi-
liis,aut†dolore incidunt,adiũxeris,ne nu- † λύπαις,
mero quidẽ vniuerſas facilè complectare. *id eſt tri-*
Præterea nũc,quæ vel plethoras,id eſt ſuc *ſtitia.*
corum æquabiliter ſe habentiũ redundã-
tiã,vel cacochymias,id eſt vitioſi ſucci co
piã,vel aſtricti,vel lubrici ventris,vel vo-
mitus,vel grauati capitis,vel partis cuiuſ-
quã alterius,vel in ſumma quicũq; in ſym
ptomate aliquo affectus cõſiſtunt, dicetur
enim pòſt de eiuſmodi omnibus. Nũc ve-
rò idcirco eorũ maximè memini,vt cõple
xionũ multitudinẽ,quanta eſſet indicarẽ.
Mirari enim licet eos,qui de ſyndrome,
id eſt cõcurſu horũ vel curationẽ,vel euẽ-
torum prædictionẽ, obſeruaſſe ſe prædi-
cant.Vnica nanq; ratione & præſagire,&
cõmodè mederi fas eſt:vtiq; ſicut Hippo-
crates docuit,vbi ſimplicis cuiuſq; nego-
tii ſciendam vim eſſe cenſebat,veluti ipſe
nũc in quatuor affectibus præmonſtraui.
Vnuſquiſq; enim ſi per ſe cõſiſtat,ſimplex †*Mendosè*
remediũ exiget:ſin alteri ſit cõiũctus,pro *legitur in*
ea methodo,quã paulò ſuprà de omnibus *græc. codi.*
coniunctis affectibus præſcripſimus,[cor- *impreßis.*
rigetur.]Ergo quum hæc†ita ſe habeant, τὸ τ' ἐστιν
redeundũ rurſus ad ſimplices affectus eſt: *pro* τὸ τ' ἔ-
quorum à iam dictis proximi erant quos χειν.

ſteg

ſtegnoſis excitabat: voco ita meatuũ cutis vitiũ, quo tranſmittere ſuperuacua prohibetur. Incidit is affectus, aut obſtructis meatibus, aut denſatis. Sanè denſationem eiuſmodi μύσιν Græci, id eſt cõniuentiam appellant. Ac obſtructio quidẽ ex lentis, craſsisq́; excremẽtis oritur, quũ cõfertim ad cutim ruunt: denſitas, tum ab iis quæ aſtringunt, tũ quę refrigerãt. Verũ obſtrui propoſiti nobis corporis cutis, ſi ad pręſcriptam rationẽ ritè agatur, non poteſt: denſari certè aliquando poteſt, tum ex valido frigore, tum aluminoſo balneo. Fieri autẽ poteſt, vt & poſt balneũ, ſudorémve, atque aliã alioqui ob cauſam, laxata prius cute, auræ flatus incidens obſtructionem quãpiam, denſationemq́; efficiat. Ac deprehẽditur quidẽ iam dictus affectus, protinus vbi ſe exuerint, ex colore albo, & cutis tũ duritie, tũ denſitate. In ipſa verò exercitatione, ex eo quòd ægrè incaleſcant: quãdo nec, vt prius, æquè ſudãt nec bonũ colorẽ in ſumma cute oſtendunt. Imò ſi quis eos valentiore exercitatione iniuncta, ſudoris quippiam emittere cogat, & minor hic quàm ex cõſuetudine, & frigidior exit, minusq́; halitui ſimilis. Remediũ huius affectus calefactio eſt, quippe ea frigiditati cõtraria eſt. Valentiore ergo exercitatione,

ac

balneo calidiore vtendũ. Magis quoq;
l rem pertinebit, si in prima domo pin-
uiter in oleo volutetur. Esto verò oleum
eo genere, quod relaxet, cuiusmodi est
Italia Sabinũ: quod vtiq; ad eiusmodi
fectus etiam est vtilius, si bimum, tri-
úmve sit, id nanq; tum tenuius, tum cali
ius fuerit. Mora verò in frigido solio diu
rna ne sit, sed nec aqua ipsa frigida. In-
uendi verò vngantur aliquo quod me-
iocriter calefaciat. Oleis quidẽ, ex iis quę
Aegypto habentur, cicino & raphani-
o: in reliquo verò orbe dulci, tenui, ac
hodicè antiquo. Vnguentis verò, susino,
leucino, irino, amaricino, & † cõmacino,
q; ex his gleucinum quidẽ prorsus aco-
um est, ac relaxans: itaq; etiã iis, quos ve-
emens lassitudo infestat, est vtile: paulò
oc calidius, magisq; relaxans, susinũ est.
rinum verò & amaracinum, & commaci-
um, etiã susino calefacere potentiora iis
ffectibus, qui propriè frigiditates dicun-
ur, sunt idonea. Cutis tamen densitati sa-
andæ etiã anethinum est satis: maximè si
x viridi anetho fiat. Facit autem & ad ta-
es affectus, sicuti etiã ad vehemẽtes lassi-
udines, & acopũ quod ex abietis semine
omponitur: id quẽadmodum præparan-
um, sit pòst dicetur. Nunc enim vel hæc

† *In veteri cod. legitur* κομμαγινᾶ, *id est commagino, & ita omnino est legẽdum.*

mihi ſupra iuſtũ appoſuiſſe videor: ſiquidem qui optimo eſt corporis ſtatu,& liberam delegit vitã,nec in ea quicquam delinquit,& cui peritiſsimus tuẽdæ ſanitatis artifex præficitur, in hunc veriſimile eſt morboſos affectus non admodũ incidere. Redeamus itaque ad penſum denuo,relictisq; vſtione,refrigeratione,cruditate,vẽtris profluuio, reliquis id genus: ſatius enim eſt in vnũ ea volumẽ coniicere,quod 1
de morboſis ſymptomatis inſcribemus:in præſenti de iis,~~quæ poſt venerẽ adhibentur exercitiis~~,diſſeramus:quippe quum de
6 his parum conueniat,aliis ita exercitandũ ab hac putãtibus,vt in exercitatione quæ 1
apotherapia dicitur,aliis vt in præparatoria. Eſto verò præparatoria exercitatio, nec in quãtitate laborũ intra modũ, & in qualitate ipſa incitatior,ac celerior. Atqui apotherapeutica quidẽ vtẽdũ cẽſent,hi ſi- 2
cuti in fatigatis,tũ vires diminutas,tũ corporis ſiccitatẽ ſuſpectas habẽt:quorũ vtrũque & à cõcubitu,& ab immodica exercitatione ſentimus. Qui verò præparatoriã adhibendã volũt,hi raritatem,atq; ad ſu- 2
dores promptitudinẽ præcauẽt,quæ apotherapeutica intẽdi,è diuerſo præparatoria emendari putant,ipſe laudatis vtriſq;, propterea quòd veritatẽ ex parte viderũt,

ſent

ntentias eorũ in idem conferã. Nam &
ſtaurãdas vires eſſe,& laxitatẽ cogendã,
c ſiccitatem adaugẽdam fatẽtur vtriq;.
na diſcretio deſideratur in vtriſq;,veluti
in cõpoſitis omnibus affectibus ſuprà à
bis eſt dictum,& nunc nihilominus di-
tur. Quũ enim in idẽ varii affectus coïe
nt,hi ſi vnam medendi rationẽ indicẽt,
iq; intendi magis rationẽ eã conueniet,
àm ſi ſinguli ſeorſum cõſiſterẽt:ſin con
rii ſint, is qui vincit affectus prius eſt
rrigẽdus,ita tamen ne reliquũ omnino
gligas. At qui vel propter ætatẽ,vel etiã
a ratione imbecilles concubuere, in his
rium infirmitas neceſſe eſt ſuperet. Qui
rò firmiores, & iuuenes (veluti qui nũc
propoſitus)horũ habitus corporis in ra
atẽ magis,quàm vires in imbecillitatem
utatur.Itaq; etiã corrigũtur hi,nõ per ea
æ corpus relaxãt: qualis eſt exercitatio
æ apotherapia dicitur:ſed per ea quæ co
nt,ac cõtrahũt,qualis eſt præparatoria,
roindeq; hac vtendũ,] quãdoquidem ea
õ ſolùm motus tum celeritate,tũ robore
lorẽ excitat,ſed etiã habitũ cogit,ac cõ-
ringit. Illud quoq; fatentur gymnaſtæ
ẽs,ipſa profectò experientia edocti hanc
nam exercitationẽ mederi raritati poſſe:
aque nulla planè ad propoſitum affectũ

† In græc. codic. impreſſus deſunt hæc, ἐι δὲ δὴ καὶ αὐξις εἰς τοῖς ἀφροδισίοις ἐγγίνεται σώμασι. vt locus ita ſit vertẽdus: Si verò adhuc & refrigeratio in re venerea corporibus accidat, et tũc vtiq; præparatoria exercitatione pariter eſt vtẽdum.

vtilior eſt.Si verò anni tẽpus non diſſua-
deat,nec à frigido balneo abſtinendũ eſſe
cenſeo.Cibus in modo quidẽ dabitur mi-
nor,in qualitate verò humidior,vt tũ pro-
bè cõcoquatur,tum ſiccitas,quæ ex venere
cõtracta eſt,corrigatur.Debet verò nec fri
gido tẽperamento eſſe,ſed vel medio, vel
calidiore.Nam quoniã corpus à venere &
laxius,& frigidius,& imbecillius,& ſiccius
eſt effectũ:debẽt planè quæ denſent,& ca-
lefaciãt,& vires reparent, adhiberi atq; ad
hæc ſtudiũ omne impendi.Cęterùm quòd
efficere hæc venus poſsit,id docere ad præ
ſentem diſputationem nõ pertinet, in qua
propoſitũ eſt, quẽadmodũ optimũ corpus 1
quàm cõmodiſsimè poſt veneris vſum ex-
ercitetur,oſtẽdere. Quod ſanè commodè
fieri nõ potuit,niſi prius tradito,cuiuſmo-
di affectus ſit, qui ſuccedere in corpore à
venere ſolet.Verũ nũc id cõcedi nobis po- 2
ſtulamus.In ſequẽtibus cũ euidẽti demõ-
ſtratione dicetur, tũ quæ veneris facultas
ſit,tũ prorſus vtẽda ſit:nec ne:tũ quæ'nã ex
ea cõmoda incõmodaq; pro corporũ ſta-
tu,& tẽporis anni ratione & loco, & aliis 2
id genus,quæ vtiq; determinare præterea
oportebit,eueniunt.Poſt venerẽ ergo ſpe-
cies exercitationis ea eſto,quã præparato-
riam vocant.Poſt vigilias autem & triſti-

tiam,

am, vel ambas, quæ apotherapia dicitur, xercitatio idonea est, si tamẽ cruditas ab- t. Nam si qua cruditas subest, omnino xercitandũ nõ est. Quòd autẽ post tristi- am, & vigilias, iam dicta exercitatio ad m pertineat, etiã vsus ipse ostẽdit: quum b alia qualibet, nõ solùm lædi cernũtur, ed etiam imperantes si fortè dolor adhuc ngit, parũ æquo animo ferre. Idem ratio sa cõfirmat, nõ minus quàm vsus: nã quo iã à vigiliis, & tristitia, magisq; aridi, ac minus dicto audiẽtes, planè cernũtur, sic- ius existimãdũ est, his redditũ esse corp⁹. iusmodi verò affectus, partim molli fri- tione cũ multo oleo, partim tẽperato bal eo sanãtur, partim agitatione, sed quæ & arda sit & citra valẽtiorẽ nixũ, ac quę sub nde quietẽ interponat: Is verò apothera- eutici exercitii modus erat. Ad eũdẽ mo- ũ eæ quę ab ira, †vel potiõis penuria sicci ates fiũt,]corrigẽdæ sunt. Cõtraria pror- us à iã dictis ratione humiditates*emẽda e cõueniet: siue hæ nimię potiõis, siue alia uauis occasiõe inciderint: qppe studiũ in is ad siccationẽ dirigitur. Verùm ea cõis mniũ ratio est: mẽbratim enim vnicuiq; ifferẽtiæ sua est. Igitur si ex lõgiore desi- lia, & hũectãtis alimẽti immodico intẽpe stiuoq; vsu, cõtracta humiditas est, lõgiore

† *In veteri græc. codi. legitur* ἤδη ἔνδειαν ποτὲ γιγνομένας ξηρότητας. *i. ob inediam quãdoque fiunt siccitates.*

* *Mẽdosè legitur in græc. cod. impreßis* κατὰ τὰς τὴν, *pro* κατὰ τὴν ἕξιν. *i. habitus corporis.*

remedio est opus: sin ex liberaliore potiõe quæ pridie sit hausta, citra vllũ capitis, aut oris vẽtris affectũ constiterit, eã vel vnico die persanes licet: si sicca frictiõe largius, & exercitatiõe veloci, & partiori potione, & sicciore cibo vtare. Quippe quæ immodicæ ex vini potiõe humiditates cõsistũt, si ex ea re noxa capiti, aut ori vẽtris cõicata est, de iis agi hoc loco opus nõ est: dicetur eñ de ipsis quũ de morbosis symptomatis tractabitur. Quæ verò humiditas ex diutina admodũ desidia nascit̃, hęc in propositũ corpis statũ oĩno nõ cadat ęquè: vt nec ea, quæ ex humectãtis natura cibi copia gignitur, quales fructuũ autũnaliũ plurimi sunt, itẽq; olerũ, quæ vtiq; acria non sunt: siquãdo tamẽ acciderint semel & cõfertim corrigi nõ possunt. Nã si eatenus se fatigabit homo dũ habitũ abũdè siccet, in lassitudinẽ incidet, ac febricitabit omnino diaria febri. Quòd si vitiosæ prætereà humiditates fuerint, etiã febri, quæ in plures extẽdatur dies. Tẽpore verò sanari possunt, vt pòst dicemus, vbi vitiosas intemperies vertere in melius docebimus: qppe similis prouidẽtia acquisititii affectus est, & naturalis intemperamẽti: quare † nunc] de ipsis disserere nõ oportet. Reliquum igitur est, vt de matutina, vespertinaq; frictio-

† Mendosè legitur in græ. codi. impressis τὸ εἶναι, pro τὸ νῦν.

ne

...e agamus, nō ad eum tamen modū quo ...Quintū respōdisse dicunt, quū percontan... gymnastæ, quā vnctio vim haberet, re...pondit, vestis submouēdę. Iisdē enim qui...us nunc vsus sum verbis, tū gymnastē ro...asse, tum Quintum respondisse ferunt. Si ...ile Quinti apophthegma est, & quod de ...rinis circūfertur, nempe eas nosse, ad *pi...orē pertinere. Etiā illud quod de calido, ...igido, humido, & sicco aiunt, vtiq; † bal...earū ea esse noīa, quæ ipse sanè nemini ...el Thessali assectatorum impunè dicere, ...edū Quinto permiserim: qppe scurrarū ...usmodi facetiæ sunt, haudquaquā homi...s tā grauē artē profitētis. Satius igitur sit ... proposito iuuene, ad hūc modū de ma...tina frictiōe disserere. Is nāq; aut ex so...no aliqd de quo q̄ri posit nō sentit, aut ...situdine grauat aliqua, aut alia quapiā ...fectiōe offenditur earū, de quibus pau...antè, ac statim post lassitudinis affectus ...ctenus disserui. Ac si de nulla qdē re cō...eritur, superuacuū est eū aut fricare, aut ...gere: nisi si qñ ingēti frigori occurrēdū ...detur: tū nāq; veluti q frigida sunt vsuri, ... eos quoq; frictiōe præparabimus. Si ve... † lassitudinis sensus vllus appareat, iam ...tū est hominē tū & vngēdū esse, & mol...er fricādū. Simili ratione si siccior iustò

*Mendosè legitur in græc. codi. impreßis γεάφεως, pro γνάφεως, id est, fullonis, vt legitur in veteri.

† In veteri legitur non βαλανέων, sed βαλανίων i. balneatorum.

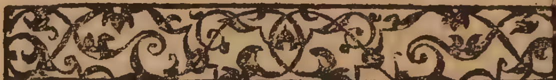
† Mēdosè legitur in Græc. cod. impreßis ειηκόπος pro ει ηκο πάδυς.

sit,vngẽdus dulci oleo est:nã id sicca corpora humectat,fricãdusq; vt omnino parcissimè, ita nec duriter nec molliter est. Quippe succurrere digestioni in corpus oportet,nõ cutis carnisve habitũ mutare, neq; etiã,quod in his cõtinetur,quicquam educere:quorũ mollis vtrũque dura alterũ facit:Si quidẽ hæc cutẽ dẽsat,duratq;:mollis per halitũ euocat, ac corpus laxũ molleq; efficit. Verũ cutis dẽsitatẽ corrigere si 1
studes,vtiq; ei quæ ex duris,tũ frictione,tũ *pertractatione,præterea vehemẽti exercitatione,& multo puluere orta est,mollis frictio cũ copioso & dulci oleo medetur. Quæ verò contracta ex frigore est,cã pri- 11
mũ frictiõe sicca ac celeri, deinde cũ oleo adhibito calefaciẽtes,naturæ suæ restituemus. Laxitatẽ verò:quæ frequẽs balneũ,& mollẽ frictionẽ,& veneris vsum cõsecuta est,paucula frictiõe, primùm quidẽ sicca, 2
deinde cũ oleo quopiã eorũ quę astringãt, sanaueris. Humiditatẽ verò,quæ nimię potiõi successit,sicca frictio,& cũ linteo administrata,vel cũ manica,quã χειρῖδα græcè vocant,interdũ etiã solis manibus,idq; 2
vel citra oẽ pingue,vel †cum eo planè exiguo]corrigit. Sit autẽ, & quo per halitum euocet,oleũ ipsum dulce, omnisq; astringẽtis facultatis expers:atq; ita quidẽ se haber

** Quidã hoc in loco mẽdosè legũt pertractione, in Græ. enim legitur βλάβαις pro λάβαις. vide quæ annotauimus suprà in pagin. 398.*

† In Græco veteri codi. legitur σὺν ἐλαχίστῳ τινὶ ἐλαίῳ id est cum oleo quopiam exiguo.

pet matutina frictio. ~~Veſptina~~ verò iis vti-
is eſt quos vel laſsitudo valida premit, vel
ſiccitas malè habet, vel atrophia macerat:
ica vocant Græci, quũ corpus ex alimento
fructũ non ſentit. Verũ atrophias ſympto-
ma nũc præſertim ſeponatur, vnà cũ reli-
uis morboſis ſymptomatis, quæ pòſt tra-
ctabũtur. In propoſita verò natura, quum
vel valida laſsitudo, vel immodica ſiccitas
corpus afficit, prãdiũ minus eſto, tũ ab eo
ad cœnã lõgius interponatur tẽpus. Pluri-
mũ quieſcat, exiguũ tamẽ quippiã inam-
bulet, quo cibus per erectã agitationẽ con
cuſſus ſubſidat. Vtilius etiã ſit, ſi & aluum
exonerare poſsit: his etenim probè pera-
ctis, ſecurus oleo dulci frices, vẽtrẽ tamen
omnino nõ cõtinges, quũ alioqui pericu-
lum ſit, ne & cibũ deterius cõcoquat, & ſuc
cus quiſpiã ex eo ſemicrudus in corpus di-
geratur, & caput turbetur, & ſtomachus
ſubuertatur. Optimũ igitur fuerit omni-
no ventrẽ nõ attingere. Quòd ſi in muſcu-
lis ei vicinis, vel laſsitudinis ſenſus aliquis,
vel ſiccitas appareat maior, vngi debebũt
mediocriter, & blãdè, & ſuſpẽſa manu. Ac
ſi cauſas quiſpiam eorũ quę diximus reddi
ſibi cupit, proximũ librũ legat, in quo de
morboſis ſymptomatis agemus: nam hũc
mihi videor ſatis hactenus extendiſſe.



CLAVDII GALENI DE SANITATE TVENDA LIB. QVARTVS, THOMA LINACRO ANGLO INTERPRETE.

Quæ in quarto libro de tuenda sanitate habentur.

Cur

uratio mista duarum laßitudinum.
e laßitudinis tensiuæ curatione.
e laßitudinis phlegmonosæ curatione.



VOD plerique omnes recẽtium medicorum faciunt, qui dũ tempus sophistarũ cauillationibus terũt, quod maximè necessariũ t,aut leuiter tantùm attingunt,aut pror s omittunt,id ipse non faciam:sed(quod initio institui) ei quod necessariũ duxi fistens, quæ logicam magis speculatio- em habent,in aliud tempus differã. Sta- m enim de morbosis symptomatis, de ibus hoc libro disserere statui,non leuis æstio oritur,ea ne ad valetudinis tuen- e artem spectent,an ad eam quæ meden- rationem præscribit,an harum neutrã, d tertiam quandam,quam nõnulli† me- am] statuunt,neutramq́; appellant. Ego ud ignarus ,siue quis in sanitatis tuen- e,siue etiam medendi arte,eorum memi rit,fore vt æquè à cauillatoribus suggil ur,illud quoque intelligens, etiã si quis rtiam tractationem his dicet, de neutris m affectionibus inscribens, vel magis isuros,cõtumeliososq́; futuros, præter- quæsituros de maribus & fœminis in ónam opere præcipiam,in hoc volumi-

† Μέσην ὑγιείας τε καὶ νόσου. id est mediam sanitatis, & morbi.

ne de iis agere potiſsimùm elegi. Si enim fieri nequit vt ſophiſtarum nugamēta deuitem, atqui hac ratione minus erunt importuni, vtique ſic faciens, melius conſuluiſſe videbor. Huc accedit, quòd ex ſpeculatione ipſa, magis intelligetur ipſa doctrinæ communio, ſi quis illa, quæ dicentur, attētius leget: ea hinc ingrediar. Artis quæ valetudinem tuetur non leuis portio eſt, ea quæ de exercitatiōe præcipit: huius rurſus non exigua pars eſt, quæ laſsitudines præcauet: porrò monſtratum in ſuperioribus eſt, ſimilem rationem eſſe inſtantis laſſitudinis cauendæ, & eius, quæ iam occupauit, ſubmouendæ. Ergo nō alibi quemadmodum hāc futuram vites, alibi quemadmodū iam vrgentem corrigas, tractandū eſt. Atq; hac quidē de cauſa in proximo libro, qui totius operis tertius eſt, de laſsitudine quæ exercitationi ſuperuenit diſputatum erat; ſimul habita mētione de ſimilibus affectibus, quorum alioqui exercitationes maximè ſequebantur. Nunc primū quidem de his, prout citra exercitationem incidunt, agemus: ſecūdo loco de illis, quæ ſimilitudinem quandam cum his habent. Ac quæ immodicas quidem exercitatiōes laſsitudo excipit, ſanorum ſymptoma eſt: quę verò ſine his cōſiſtit, morboſum. Itaq;

Id ab Hippocrate dictum cōmodiſsimè videtur. [Laſsitudines ſpōte natę morbos nūciant.] Atq; vlceroſus quidem ſenſus ſymptoma laſsitudinis eſt. Cauſa verò vnde ea naſcitur, affectus laſsitudinis eſt. Porrò huius rurſum ipſius cauſa bifariã ſcinditur: aut enim intra ipſum animalis cōtinetur corpus, vocantq́ue græcè προηγουμένην: aut omnino nō ineſt, vocãtq́; προκαταρκτικήν. [Nos illam internam, hãc externam, non incommodè vocemus.] Itaque tria in vniuerſum genera ſunt, de quibus habēdus ſermo eſt, ipſius laſsitudinis ſymptoma, affectus vnde hoc oritur, & affectus ipſius cauſa. Cuiuſque verò horum ſpecies quædam differentes ſunt: cauſarum (vt modò diximus) externa & interna: affectus, vt in prę-cedēte libro docuimus, is qui vlceris: & qui tenſionis: & qui phlegmones ſenſum inuehit: ſymptomatis verò, ipſi tres ſenſus [neq; pauciores verò:] neq; plures his differētias alteras ſaltem, nominare poſsis. Qui igitur vlceris ſenſum facit (incipiendũ enim ab hoc eſt) motis quidē grauē excitat ſenſum, ſeu corpus vlceretur: idq́; vel circa cutim tantũ, vtiq; quũ eſt moderatior: vel circa ſubiectam illi carnē, quũ eſt valentior: vel circa vtrãq; quũ adhuc eſt atrocior. Atque hoc quidē eſt laſsitudinis ſymptoma. Affe-

Non eſt in græco.

ctus

ctio verò ex qua id naſcitur, acrimonia eſt tenuis, & calidi humoris, qui corpus erodit ſtimulat, ac pungit. Oritur hæc aliquando ex immodico motu, vt in proximo libro oſtendimus: aliquãdo ex vitioſo ſucco, qui imprudẽtibus nobis in corpore ſuccreuit. Tales verò laſsitudines, ſpõtaneas Hippocrates appellat. Alterũ verò laſsitudinis genus (nẽpe in quo tẽſio ſentitur) quoties ſua ſpõte incidit, plethoris ſuperuenit: quippe tenduntur †ex hac ſolidæ animalis partes, præcipuè in quibus ſucci cõtinẽtur. Tertiũ laſsitudinis genus quod phlegmones ſenſum affert, ex ambobus oritur, tum nimia boni ſucci abũdãtia, tum prædicto vitioſo ſucco. Nõ enim quæuis mali ſucci ſpecies, ſed tantùm in qua rodens acrimonia cõtinetur, vlceroſam laſsitudinẽ creat: ſed nec eiuſmodi quidẽ ſuccus, dum in venis cum ſanguine miſcetur. Latet enim tũ eius vis: vtpote trãsfluentis, & à ſanguinis bonitate ſuperati. Verùm quũ ab his trãſlatus in carnibus, & ad cutem ſolus hæret, vlceroſum †ſenſum tũc ingerit. Qui verò ex abũdantia naſci hanc laſsitudinẽ putant, ſanè falluntur: nam neq; ex ea copia, quã plethorã dicimus (hæc enim eam, quæ de tenſione quæritur, gignit) neq; ex ea, quæ vires prægrauat. Nõ enim eroſio aut *vlceris phanta

Al. ἐν ταύταις, id eſt in his.

†διάθεσιν τε καὶ αἴσθησιν, id eſt affectũ et ſenſum.

*ἑλκώδης αἴσθησις, i. vlceris ſenſus.

afia, sed vel grauitas, & ad motiones se-
nitia, talis sunt abũdantiæ symptomata,
tiq; dum ad animales collata vires, eas su-
perans premit, vel pulsus quædam vitia, si
quãdo vitalẽ vrget, de quibus dictũ abũdè
est, in iis quæ de pulsu scripsimus, æquè vt
in libro quẽ de abũdantia scripsimus, etiã
notas, & naturaliũ virium quũ premũtur,
& reliquarum ambarũ, tradidimus. Non
est igitur abũdantia, eius lassitudinis, quæ
ulceris sensum præfert, causa, imò humo-
rũ, qui in cute & carne cõtinentur, acrimo
nia: hæc enim vt quieta sensum latet, sic
agitata, protinus sentitur. Motus huic las-
situdini primus, ac plurimus propriis qui-
busdã rationibus accedit, quas mox dice-
mus. Alter ex incidenti scilicet, quũ nobis
partẽ aliquam, aut etiã totũ corpus moue-
re volẽtibus, cum hoc humores qui in ipso
cõtinẽtur, simul mouemus. Verùm hic mi-
nimus est motus, & lassitudinis duntaxat
sensum infert, vehemẽtior rigorẽ excitat.
[Appello nunc rigorẽ nec illum vehemen
tis frigoris sensum, nec duritiem, sed in-
æqualẽ totius corporis concussum, & tur-
bationẽ,] medius verò inter vtrunq;, hor-
rorẽ inducit. Quod autẽ nihil obstet, etiã
calida causa sit, quò minus rigorẽ horro-
remq; excitet, in iis, quę de symptomatum
cau

[Hæc in Græc. cod. non habentur, neque videntur adijciẽda.

cauſis ſcripſimus, oſtenſum eſt: nunc ſatis fuerit, ſummas tātū eorū, quæ illic prodidimus ad pręſentē diſputationē, quaſi baſim, ſubiicere. Quum in ſenſibili corpore ſuccreuit excremētū mordax, duplici id ratione ad motū incitatur: vna, quū à ſenſibili ipſo corpore impellitur, vtpote quod repellendi alieni vim obtinet: altera quū vehementiore motu agitur, id quod tum ab exercitando, *tū frictione, tū balneo] conquirit. Ergo quæ ſubcalida & putrida excrementa ſunt, vbi vehemētius mouentur, nō horrorē modò rigorē've (qualē dimus) afferunt, ſed etiā febrem accēdunt. At quę frigida ſunt, & ex partibus tenuibus conſtāt, ea horrorē quidē rigoremq; creāt nō tamen febrē excitant: porrò vim quādam vtriuſq; cōgeſtam eſſe oportet, ſi hæc fecerint. Quæ verò aut planè exigua in ſenſibilibus corporibus excrementa mordacia, aut multa illa quidē, ſed tamē non planè adhuc mordacia ſubhæſerunt, hæc vlceroſam laſsitudinē faciunt. De quibus vtiq; hoc libro nobis eſt agendum quando quæ febrem accendunt, ea ad medendi artem ſpectant. Sanatio vtriuſque generis partim cōmunia curationis amborū conſilia recipit, partim vtriuſque propria: dicetur verò priùs quæ communis ſanatio eſt. Oportet igi-

**Locus in Græ. codi. impreſ. eſt diminutus. Interpres autē ne ſentētiā relinqueret mutilatā hæc pauca adiecit, quorū loco hæc habentur in veteri græco cod. καὶ θυμοῦ, ἢ καὶ τῆς ἐκ τοῦ περιέχοντος θερμασίας. i. & ex ira, tū ex ambiētis caliditate.*

itur excrementum siue calidum id sit, si- frigidũ, ipsum aut expellas, aut certè al- res. Recipit verò non omne excremen- alterationẽ à natura: si quidẽ nec omnis ous in cuiusuis animantis ventre conco- itur: sed cognatio quædam ei quod con- quit: cum eo, quod concoquitur, esse bet. Quod igitur omnino alienum est. lla fieri ratione potest, vt id naturæ suæ atiam recipiat, sed educere id quampri- ùm est tentandum: æquè certè vt quæ ventre corrupta prorsus sunt, ea vel vo- tione, vel deiectione expelli profectò optimum. Non tamen perinde prom- um est in carne, atque aliis corporibus bibitum vitiosum succum educere: vt i in eis, quorum sensibilis capacitas est, ntinetur. Interdum nec ipsa laborantis ura, medicamentum quod malum suc- m maturè vacuet, admittit: Sicuti in- dum & alius quispiam affectus obstat, talem educendi rationem respuat. De bus mox dicam: si prius quod reliquum t, in superius posita diuisione, adiecero. uippe quæ communiter spectãt, qui ex- mentorum vitiis medentur, ea iam di- ous vacuationem, alterationemque es- propria verò vtriusque generis nunc iciamus.] Neque enim vna tantùm ra- tio

† In Græ. codic. impreßis legitur ἰδίως δ' ἑκατέρων προθέντων ἡμῶν, sed in veteri habetur ἴδιος δ' ἑκάτερος ἐν τῇ τροπῇ ἐστιν. i. propria autē vtraq; in mutatione est.

tione educendū, alterandúmve est: sed exploratа quæ*ei quod affligit: maximè sit accōmodata, ei est insistēdum. Ea verò (vt in summa cōplectar) ratio est, quæ ex contrario opē molitur: priuatim verò quæ ex cuiusque contrario. Et summæ quidem totius rei, hę sunt quæ latius tamē nobis nūc explicandæ sunt, vnà cum sua cuiusq; euidenti demonstratione: idq; ab vlceroso affectu orsis. Quoniā igitur eiusmodi lassitudo vitio acrium excremētorum oritur, ante omnia considerandū est in solidis ne tātum corporibus, an intra venarum sinus malus succus contineatur. De iis verò quę intra venas sunt, nullum planè nec manifestum, nec euidens signum habemus, pręter solam vrinam: coniicere tamē ex his licet. Primùm æstimabimus quónā, qui affligitur, vsus sit victu: secundò solitúsne sit malum succum naturæ sponte congerere: ad hæc, an naturalis aliqua, & consueta excretio iam desierit: quartò an exercitatione: †purgatione per vomitum, aluúmve] aut vsu aquarum sponte nascentium soliti supervacua expellere, id intermiserint. Atq; in victu quidem videndum, an cruditas & crebrior, & maior, quàm ex consuetudine præcesserit: an mali succi cibis copiosè se impleuerint: an vinum pro antiquo mustū pro

*Mēdosè legitur in Græc. cod. impressis τοῦ λοιποῦ pro τοῦ λυποῦντος.

†In græc. legitur, ἢ καθάρσεσιν, ἢ ἐμέτοις, ἢ αἰώρησιν. i. aut purgationibus, aut vomitibus, aut gestationibus.

ro tenui craſſum, an *aqua marina miſtũ *τεθαλαττωμένον.
biberint: an etiã prorſus à vino ſe ad aquæ
otionẽ tranſtulerint: nec ſemel, bis've in
uolibet horũ peccauerint: ſed aſsiduè bo
oq; tẽpore. Secundò, ſicuti diximus, æſti-
nandum, num ex eorũ numero qui facilè
nalum ſuccum cõgerunt, laſſatus ipſe ſit.
eprehendas id percontatus an ſcabie, aut
pra, aut vitiligine, aut pruritu crebro ſit
ffectus. Item an eryſipelas, aut herpes, aut
lephantiaſis, aut ophiaſis, aut alopeciaſis,
ut puſtulæ crebræ, aut epinyctides, aut
eniq; vllum ſymptoma quod ex vitioſo
ucco & natũ & auctum eſt, illum malè ha
uerit. Ab his cõſideranda diximus, cõſue-
ne vlla excretio retẽta ſit per vomitum,
el hæmorrhoidas, vel fiſtulam aliquã, vel
yſenterian, vel ſi mulier eſt, per menſtruũ
rofluuiũ. Deinde num ipſe medicamẽto
purgare ſemper ſolitus, id intermiſerit.
Nõnulli enim ſunt, qui deiectoriis medi-
amentis, alii vomitoriis, aut vrinã ſudo-
em've cientibus, aut vſu ſponte naſcen-
um aquarũ, vtique quibus aut ſulphuris,
ut bituminis, aut nitri vis ineſt, vere, vel
utumno quotannis ſoliti excrementa va-
uare, aliquãdo id negligunt. Multi (vt di-
tum eſt) exercitationum conſuetudinum
imiſerũt. Alii rurſus omnis frictionis, aut

balnei, aut à vino dulci post balneũ vomitionis, morem prætermiserũt. Sanè cõstat, non illorum modò nos, qui optimo sunt corporis temperamẽto fecisse mẽtionem, sed quò nihil in mali succi causarum catalogo sit prætermissum, etiã eos qui vitiosum succum natura prõptè congerunt, sermone comprehẽdisse: de quibus fusius inter vitiosos corporum status proximis volumninibus agemus. Atque ex his quidem de mali succi modo coniecturam facere oportebit, ac remedium ad mensuræ eius quãtitatem proportione inuenire: mediocrius, si omnino sit exiguus, & ad cutẽ tantum collectus: valentius, si multus & in profundo. Prius verò eius qui exiguus, & iuxta cutem est, curatio dicetur: deinde eius qui in carne residet: tertiò ab his loco eius cui totus sanguis impurus excremẽtosusq; est. Sed si quis iam institutum mihi ab initio repetens, boni succi iuuenem dederit, qui prius salubri omnino victus ratione sit vsus, nunc necessitate quapiam vrgente, longi temporis iter confecerit: In quo nec exercitatus, nec lauatus pro consuetudine fuerit, cibis potioneq; mali succi vsus sit, tum à prãdio vel cœna, vel etiã toto die, vehiculo sit vectus, nec bene plerunque dormierit. Illud tamen addatur, nih

nihil huic in modo aſſumptorum erratum eſſe, proindeque nec in cruditatem vllam incidiſſe: talis multum mali ſucci congeſſiſſe profectò nequiuerit: itaq; etiam nec remediũ operoſum requirit, imò exercitationem tantùm, quæ apotherapia dicitur: quam in proximo, antè hunc libro docuimus: vbi pariter de accommodata ei rei victus ratione pręcepimus: quò minus eſt hîc multis morandum. Tantùm eius meminiſſe conueniet, huc omne conſilium dirigere, qui corpora ſic affecta curat, vt excreméta, quę circa cutem ſunt, educat: proptereà quòd affectus in hac vna conſiſtit. Itaq; rurſus detur, eundem iuuenem præter alia, quæ eadem ſint, etiam in cruditates ſæpè incidiſſe. Detur & vlceris ſenſum habere non cute tenus modò, verumetiam alius in corpore, ſic vt totum id malis ſuccis refertũ ſuſpicere: huic nec exercitationem, nec vllum omnino motum iniungemus, ſed quieſcere, ac dormire iuſſum, in abſtinentia totum diem exigere cogemus: Dein veſperi pinguiter vncto, & tẽperato balneo mediocriter lauato pro cibo dabimus ſorbitionem aliquam boni ſucci, ſed planè quàm minimam: nec tamen à vino eum abſtinebimus, cõcoquit enim id ſemi crudos humores: quãtũ aliud quiduis, tum

ſudorē vrinãq́; promouet, ac ſomnũ cõciliat. In iis autē qui ita ſe habent, id agendũ nobis eſt, vt quod mali ſucci iam planè corruptũ eſt, nec cõcoqui etiam poteſt, id ſudore vrinaq́; expellatur: quod ſemicoctũ adhuc eſt, cõcoquatur, atq; vtile reddatur. Id autē optimè quiete ſomnoq́; confiet. Si ergo is peractis, malũ conſtiterit, ad cõſuetudinē rurſus reducendus homo eſt. Sin in poſterũ etiã diē duret, de valētiore iam remedio eſt cogitãdũ, maximè ſi per noctē, vel laſsitudo magis quàm antè, vel faſtidiũ infeſtet, vel peruigilet, vel ſomnos turbatos, & † imaginationibus inquietos habeat: his enim ſi vires non diſſuadēt, duorũ alterũ, aut ſanguis mittendus eſt, aut purgatio exhibēda, ſed diſcernētibus nobis, vtrũ magis expediat, vt mox dicetur. Sin vires imbecilliores dehortãtur, ſanguis mittendus haudquaquam eſt, ſed deiectio mediocris adhibēda. Cuiuſmodi autem deiectio mediocris ſit, in ſequētibus docebimus: ſed ſi prius quę priora ſunt definiuerimus. Nam viriũ robore cõſtãte, ſi laſsitudo adhuc infeſtat, æſtimãdũ eſt cũ ſanguinis'ne copia, an cũ crudis humoribus, an per ſe ſolus cõſiſtat vitioſus humor, qui laſsitudinē creat. Nã ſi quũ ſanguinis copia, aut vena incidēda, aut aliquid quod tantũdē valet, agēdũ.

† *In Aldi. mēdosè legitur* τραχώδεσι, *pro* ταραχώδεσι.

Sanè

sanè tantūdē possunt hæc quibus hæmorrhoides sunt retētæ, si has emiseris: si mulieri menstrua cōsuetudo cessauit, hāc prouoces: Si quibus horum nihil est, si malleolos scalpello incîdas. Post hæc aluus eo medicaméto deiicienda est, quod maximè accōmodatū malo succo sit. Quòd si vitiosi tātùm succi, hiq; citra sanguinis copiā subsint, purgatio petēda est, quæ infestanti excremēto sit accōmoda. Infestat verò aliâs biliosum, aliâs atræ bilis, aliâs pituitosum, id quod vel salsum, vel acidum sit: atque horū quodlibet aut crassius, aut sero propius, aut media quapiam consistentia: de quorum discernendorum notis nunc agamus. Si cum pustulis quæ Græci ἐξανθήματα vocant, lassitudinis affectus cōsistat, ex his facilis inuentu erit excrementi species: sin absq; his in boni quidē succi corporibus, tum ex iis qui præcesserunt cibis, tum reliquis, quæ ipsis corporibus inciderūt. In his verò qui malos succos natura colligunt, hinc quoq; nihil capiendū. Sed de eiusmodi tēperamētis vberius pòst agetur nūc de reliquis agamus, ex quib⁹ licet de mali succi specie cōiecturam accipere. Qui in otio degūt, hi pituitosum aceruare succū solēt. Quos multus labor exercet, hi biliosum vel melancholicū: illū æstate, hūc autum-

no gignunt. Quinetiã an diuturni labores fuerint, inſpiciendũ eſt: quanto enim fuerint longiores, tãto ſunt ad atrã generandam bilẽ magis procliues. Prætereà qui cũ multo ſudore obeuntur, hi craſsius excrementum faciũt. Qui ſine ſudore peraguntur, magis tenue, veluti qui hieme, & frigido aëris ſtatu ſuſcipiuntur. Conſiderãdũ ad hæc eſt, non ſolũ de vrinæ multitudine, [& qualitate] ſed etiã de ſudoris qualitate, hic nanq; partim acidus, partim falſus eſt, partim veluti lutũ, aut virus planè olet: licet autẽ hoc ex ſtrigili deprehendere quũ lauãtur. Sæpè nanq; amarus planè apparet, qualis vtiq; morbo regio laborãtibus emittitur. Eius verò dignotio, etiã citra guſtũ facilis eſt ex ſolo colore quippe pallidus pro eiuſmodi bilis ratione apparet. Sæpè tamen poſt validiſsimos labores, vehemẽtẽq; æſtũ, planè flauus cõſpicitur. Aliquando medius, atq; ambobus miſtus cernitur: veluti quodammodo ex pallido flauus, ὠχρόξανθον græcè dicũt. Ad eundem modũ & ipſe bilis humor ſe habet, quãdo hunc quoq; in vomitu, deiectioneq;, aut pallidum, aut flauum, aut ex vtroq; cõpoſitum licet intueri. Qualiſcunq; verò is in corpore habetur, tale neceſſe eſt eius appareat ſerum. Ac ſudor quidẽ ſuccorum, qui

in

in vniuerſo corpore abundãt,nota eſt:vrina eorũ tantũ,qui vaſis continẽtur. Omnino ergo nihil omittendũ:ſed ſudor quoq; ipſe(vt modò diximus)inſpiciendus. Aliquando verò ipſum qui afficitur guſtare ſudorẽ ſuũ,quo certius internoſcatur, iubemus.Id quod aliquãdo ſua ſponte accidere ſolet,dum ex fronte,& eius partibus in os ſæpe delabitur. Aeſtimare prætereà vrinæ tum cõſiſtẽtiã,tum colorẽ oportebit:ſed nec quæ in ea pendent,aut ſidunt, prætermittere cõueniet,ſed omnia perpẽdere. Cuiuſmodi enim ſanguis ſit,qui in vaſis cõtinetur,ea planè oſtendunt, quando ſi is bilioſus ſit,ſerum quoq; eius bilioſum eſſe neceſſe eſt:idq́; pro vtriuſuis bilis ratione:ſimili modo pituitoſum,ſi is ſit pituitoſus. Ergo vbi crudus planè is eſt, vtiq; tenuis aquoſaq; vrina cernitur,nihil nec quod ſidat,nec quod pendeat in ſe habẽs.At vbi is cõcoctus eſt,hæc in vrina apparẽt,atque etiã nubeculæ quædam deſuper tenues ſuperſtant,veluti quod in ſummo lacte colligitur græcè γραῦς dicitur,& quod in ſummo refrigerati iuſculi cõcreuit. Quòd ſi turbida ſit,qualis veterinorũ viſitur,crudis refertas venas indicat,nõ tamen ceſſare naturã,ſed eos valẽter concoquere.Si verò celeris ſeparatio craſſi à li-

Vrina

quido in ea cernitur, ſitq́ue quod ſubſidit album, leue, & æquale iamiam ſuperaturã eos omnes naturã † indicat. Sin quũ emingitur pura ſit, protinus verò turbetur, iam crudi ſucci cõcoctionẽ aggredi naturam docet. At ſi interpoſito tempore turbetur, nõ protinus ſed pòſt, aggreſſurã inſinuat. Verùm omniũ quæ turbantur vrinarũ generalis nota eſto, ipſius craſſi à liquidiore ſeparatio, aut properè, aut tardè facta, aut omnino nulla. Ergo ſi protinus fiat, & quod ſubſidit, ſit albũ, leue & æquale, ſuperiorẽ longè naturã ſuccis, quos cõcoquit, oſtendit. Sin bonum ſit quod ſubſidit, ſed quod poſt longius interpoſitũ tẽpus colligatur, etiã naturã tẽporis ſpatio ſuperaturam ſuccos nuntiat. Si verò vel omnino nulla ſeparatio, vel id quod ſubſidit malũ ſit, imbecillitas naturę ſignificatur, egetq́; ope aliqua ad ſuccos percoquendos. Sicuti verò vrina, ſuccorũ qui in vaſis ſunt qualitatem prodit, ita ſudor aliaq́;, quæ per vniuerſum animalis habitũ apparent, eos, qui illic ſunt, affectus demonſtrãt. Quippe ſuperantibus in eo calidis ſuccis, inſolito caloris ſenſu vrgetur: frigoris verò, quũ frigidi dominãtur. Iã albiores, pituita ſuperante, pallidiores, bili abundãte cernũtur: quòd ſi meracior bilis ſit, etiã planè flauiores.

† Medosè legitur in græc. cod. impreßis. φθόσει, pro φυλοῖ, vt legitur in veteri.

res. Siquidē color à ſucco prouenit, nō ex ſolidis animalis partibus, vtiq; quū ſe ſucci in altum nō receperunt. Accidit verò id illis propter frigora, rigores, vel animi affectus: veluti timorē, vel ingentē triſtitiā, vel incipientē verecundiā: quorū nullū ſi adſit, nunquam ſe in altū recipient ſucci. Aequè nec in cutem violentius irruentes, hanc adurēt vnquam, niſi animus, aliquo modo affectus ſit, aut æſtu immodico animal extrinſecus obſeſſum. Ergo vehementer commotis, aut iratis, aut in pudore, veluti reciprocantibus ſe humoribus, inſpicere colorē non oportet. At ſi nec ambientis violētia calidi, frigidíve, nec vllus animi affectus, cuiuſmodi iam dictus eſt, ſubſit, certiſsima ſucci animalis cognitio ex colore datur. Tanquā igitur corpus, ſicubi albius ſolito eſt effectū, pituitoſum abundare ſuccū indicat: ſicubi pallidius, aut flauius, bilioſum: ita ſicubi ad rubicundius, quàm pro natura, eſt mutatum, ſanguinis abundātiā ſubeſſe ſignificat: ſicubi ad nigrius, nigrā ſupereſſe bilē oſtendit. Videas præterea ceu plūbi colorē aliquādo nōnullos habere: rurſus aliquādo ceu miſturam eſſe albi liuidiq; : aliquādo liuorē ſolū ſine albo cōſiſtere. Ergo eiuſmodi colores, crudos dominari ſuccos indicant, qui quū

Colores

de genere ſunt pituitæ, minus tamẽ humiditatis habẽt, quàm ea, quæ publicè vocatur pituita: plerunq; verò huic nec lentor ineſt. Nã is ſi adſit (Praxagoras eiuſmodi ſuccũ vitreũ appellat) egregiè quidem frigidum, craſſum tamẽ eo, quẽ crudum per eminentiã vocãt, certè minus. Generaliter igitur eiuſmodi ſucci omnes, albi crudiq; ſunt: nomẽclaturã verò alius aliã ſortitur. Nec attinet ad præſentẽ diſputationẽ ea omnia diſtinguere, quippe ad quam illud tantũ cõmune omnium accidẽs pertinet, quòd hi ſucci percocti à natura non ſunt, ſed crudi adhuc manẽt: ſiquidẽ ſanguis in medio eſt bilioſorũ, atq; horũ, quorũ vtiq; genus vno vocabulo appellare licet, vel crudũ ſuccũ, vel pituitã. Illi nanq; ex ſanguine fiũt, vbi ſupra iuſtũ modũ eſt percoctus, hi verò ex eo nõdũ perfecto. Sunt autẽ vtriuſq; generis, innumeræ particulares differẽtiæ: cæterũ quæ ab his qui in talibus ſunt periti innumeratas ſpecies iam deſcriptæ: quartũ tamẽ ipſarũ adeò hìc omnium meminiſſe neceſſe non eſt, vt etiã ſatis ſit eas ad vnũ caput redigere, quod tibi veluti ſcopum agendorũ proponas. Nã quoniã alii priuſquã ad exactũ ſanguinẽ nutrimẽtũ peruenit, veluti ſemicocti ſunt, alii prorſus incocti crudiq;, alii paulò ab-

ſunt

unt à sanguinis forma:rursus alii sangui-
nis faciẽdi,siue(vt ita dicã)sanguificatio-
nis veluti vltima pars,qui vtiq; excessu ca
loris proueniunt:quorũ alii paululum,alii
plus,alii plurimũ à sanguine recesserunt:
vbi paululũ vel citra sanguinẽ restitutũ,
vel vltra processum est,audacter mittẽdus
sanguis est:vbi plus, consideratius agẽdũ:
vbi plurimũ,in his nullus omnino mitten
dus est.Inspicere verò & quantitatẽ cõue-
niet,vt,verbi gratia, si bonus sanguis exi-
guus sit , reliquus verò succus plurimus,
vtiq; in his abstinendũ à detractione san-
guinis est:sin is quidẽ exiguus,sanguis ve-
rò copiosus,audacter incidenda vena est.
Dein deiicere(vt dictũ est)aluũ oportet,
ratione habita de abundantis succi copia
pariter & specie. Quòd si quis vel propter
ætatẽ,vel timiditatẽ,permittere se medi-
co ad sanguinẽ vllo modo detrahẽdũ no-
lit,huic deiicienda largius aluus est:aut si
id quoq; suspectũ habet,alia ratione edu-
cendũ superuacuũ est.At in proposita no-
bis hactenus natura alias vacuandi ratio-
nes inuenire difficile nõ est:in aliis cũ di-
scretione,& diligẽti examine disquiri eas
conueniet. Eã discretionẽ pòst trademus,
vbi de ꝓposita boni succi natura tractatio
nẽ absoluerimus.Pone enim talẽ hominẽ

ex

ex mala victus ratione lassitudine affectũ, deinde ex his quas retulimus notis, in venoso vasorũ genere apparere subesse illi copiã semicrudorũ succorum, in reliquo verò corpore toto multitudinem horum mordaciũ, quos lassitudo secuta est, auctus prætereà illi quodãmodo & sanguis esto. Maximè ergo (vt dictũ est) detrahere primo de sanguine oportet, deinde succum illũ educere, qui superare videtur. Non sustinente autem homine sanguinẽ sibi detrahi, augere deiectionẽ. Si verò neutrum admittat, aliã quampiã rationẽ iniri, qua maximè si nõ breui, at longiore tempore pristinam corporis habitudinẽ homo recipiat. Quoniã ergo duo prima sunt, quibus primũ intentus sit oportet, qui eiusmodi affectibus medebitur, crudorũ siue etiã semicoctorũ, qui ante sanguinis perfectionem fuerũt, percoctio: & acriũ ac mordaciũ, qui secũdi sunt, & sanguine posteriores, eductio: abstinere eos conuenit ab omni valido motu. Blãdè verò vnctos, atq; oleo perfrictos, perquàm suaui lauare balneo, inde in ocio abstinẽtiaq; habere, atq; etiã somno si fieri potest, minimè ignorãtibus, nihil esse quod æquè concoquat ea, quæ cõcoqui possunt, & malos succos per habitũ digerat, vt somnus à balneo. Quũ igi

gitur (vt paulò antè diximus) primo die experti an facilè finita laſsitudo ſit, ſimiliter grauatũ hominẽ cernimus, tũ mittendus in balneũ ſecundo etiã die eſt, tum in quiete, abſtinentiaq́; habendus: æquè verò & ſi iterum, & tertiò [oportere videris, eidem] ieiunũ lauabis, quietẽ ac ſomnum ipſis lauationibus interponẽs. Cõducit ad ſomnũ nõ in poſtremis ipſum quoq; balneũ: ſunt enim qui eo ſunt vſi omnes maioris ad ſomnũ propẽſi, modò maioris momẽti nihil obſtiterit. Adeò tibi ſomnus, & cauſa, & ſignũ percõmodũ ſperatæ vtilitatis ſit: velut è diuerſo, nõ poſſe à balneo dormire, nec cauſa, nec ſignũ eſt commodum. Quippe plerunq; redundantis ſucci indicia, ex ſomno vigiliiſq́; ceperis: frigidi nanq; ſucci marcorẽ, quod κῶμα Græcè vocãt, & longiores ſomnos inducunt: calidi & mordaces vigilias: & ſi quãdo dormitur, variis imaginibus inquietos, & turbatos ſomnos efficiunt, ſicut ſtatim excitẽt. Sicuti autẽ in primo die, ita etiã in ſecundo, ſorbitionẽ & minimã & ſimplicẽ illis adhibebimus: quippe largè his apponere, quibus auferri potius aliquid debeat, planè eſt cõtrarium. Sicut rurſus omnino nõ nutrire, & faſtidia ſtomachi, quas Græ- ἄσας vocant, creat, & eundem lædit, &

vi

vires labefactat,& malũ ſuccum adauget. Ergo exiguũ his dandũ,ac potiſsimum ſi fieri poteſt ptiſanæ cremor,ſimpliciter cõditus:ſin aliter,*farris, eodẽ quo ptiſana modo præparatus, cum paulo aceti adiecto,præſertim ſi cruditatis abundãtiã, vel in venis,vel in toto corporis habitu,ſubeſſe ſuſpicamur. Quippe ſi nihil prorſus aceti ſit alicæ admiſtum, glutinoſior erit, quàm vt propoſitis cõducat:itaq; obſtruet magis quàm detergebit habitus meatus. Quod tamẽ maximè petitur in craſsis ac glutinoſis ſuccis, cuiuſmodi planè omnes pituitoſi ſunt. Ac boni quidem ſucci far ipſum eſt,& propterea eiuſmodi qui à vitioſo facilè ſecuros præſtet. Cæterũ niſi lẽtor eius corrigatur,adiectis aceto & porri modico:nõ ſolũ obſtruet, ſed etiã nutriet pleni⁹ quàm propoſitis ſit ex vſu. Hac itaq; de cauſa ptiſanæ cremor, in hoc caſu tutior eſt,vt q tũ modicè nutriat, tũ nuſquã per anguſtos meatus hæreat, †ſed & permeet ipſe,& meatus per totũ detergeat,et quicqd in ſemicoctis crudíſve ſuccis cõtinetur craſsi,id diſſecet ac reſoluat. Horũ ipſorum gratia & mulſa his idonea eſt,& oxymeli,& apomeli,& piper,& zingiber: poſtremò omnia quæ citra vitioſi generationẽ ſucci,humorem craſſum diſſecant,

*χόνδρου i. alicæ.

†*In veteri græc. codic. additur* ὥσπερ ὁ χόνδρος *id eſt quẽ admodum alica.*

...luuntq; :quorũ materiã latius in sequen...
...bus prosequemur. Ad institutũ verò nũc
...rmonẽ, exempli loco posita sint, & quæ
...m sunt dicta, & quæ nunc dicẽda. Frugũ
...nq; maximè apta est ptisana: oleum so-
... lactuca: pisciũ, qui saxatiles dicũtur: pa-
...s, qui & furno coctus, & fermentatus, &
...odicè purus est. Aues monticolæ, potio
...xymeli, mulsa, vinũ tenue, & album, se-
...elq; quæ boni sunt succi, eademq; deter
...ẽt, nec glutinosa sunt, nec crassum succũ
...ficiunt, nec valẽter nutriunt. Quæ verò
...rinã cient, hoc casu non probo: maximè
...uæ præualẽtia ex his sunt, & sanguinem
...lefaciunt ac liquant: quippe quod cõco-
...uendũ probè est, huic tanta adhuc vexa-
...o nõ cõuenit. Hæc itaq; omnia secundo
...e facienda ad hunc modũ sunt, atq; etiã
...ortio, quartóque. Ad hæc prætereà, si tum
...ssitudinis sensus leuetur, tum corpus co-
...ratius appareat, tum somni quieti, &
...rinæ concoctæ sint, fricare quidẽ libera-
...us, exercitare verò parcè hominem aude
...s. His ita peractis, si nullus lassitudinis
...nsus prætereà supersit, ad consuetas sta-
...m exercitationes hominem reduces: sin
...uicquã appareat priorũ, aut symptoma-
...m, aut notarũ, rursus tu quoq; in id intẽ
...s, mutare tẽtabis ea quę particulatim nõ
rect

rectè habēt. Si itaq; ſolius laſsitudinis ſenſus recordatio ſupereſt, cęteris notis omnibus bene ſe habentibus, vtiq; apotherapiæ munere laſsitudinē ſummouebis: ſin autē turbatæ notæ ſunt, & veluti cōfuſæ, cæterū laſsitudo abeſt, in quiete maiore ſeruare hominē oportebit. Si verò ambo coïerunt, eadem ratione hominis curam ages, qua prius vſus in eum ſtatum duxiſti, quo etiam exercitationis aliquid tētare auderes. Atq; ita quidem iam cōprehenſo affectui medendū cenſeo. At ſi in eodē homine reliqua eadem ſint, cæterū in laſſo corpore ſanguis bonus exiguus ſit, crudi humores plurimi, huic nec ſanguis mittēdus, nec alui deiectio, aut exercitatio, aut omnino motus aut balneum adhibendum. Quippe inciſa vena bonū ſanguinē emittit, malū qui in primis maximè venis circa iecur, & quod meſenteriū vocāt colligitur, in totum attrahit corpus. Deiectio verò in talibus, tormina, & roſiones creat, animiq; deliquia, cū eo quod nec notatu quippiā dignū educit: quādo crudi omnes ſucci, pigri, atq; ad motum inepti, propter craſsitudinē frigiditatemq; ſunt. Quò fit, vt etiā omnes anguſtas vias obſtruant, per quas id quod medicamētum deiicit, ferri ad aluum debeat: itaq; nec ipſi educantur, &

& aliis sint impedimento. Id quod sanè Hippoc. illo oraculo præcauit, quo breuissimè præcipit: [Concocta medicamento tentãda esse, non cruda.] Eadem de causa, nec exercitare, nec omnino mouere, sed nec lauare expedit eos, qui in primis venis crudorũ copiam habent: siquidem omnes id genus motus, succos illos in totum corpus agũt. Seruandi igitur hi sunt in omni quiete, dandaq́; ipsis cibus, potio, medicamentaq́; sint singula eius generis quæ attenuent, dissecent, & conficiant succorum crassitudinem, idq́; citra manifestum calorem. Nã qui excalfacti vehementius succi sunt, ii in omnẽ corporis partẽ feruntur. Ergo nutries hos maximè oxymelitæ, aliquãdo etiã ptisanæ, & mulsi exiguo quotiam. Sustinent enim hi victum, si modò alii vlli, tenuem: ipsa nimirum crudorum inopia, quos paulatim coquunt, ad corporis alimentum abutentes. Quoniam autẽ præcordia istiusmodi omnibus turgida inflataq́; sunt, ac facilè quicquid assumpserint † in flatũ vertitur: nõ inutile fuerit longi piperis aliquid cum cibo dare: quippe quod flatuosi spiritus crassitudinem soluit, & quæ in præcordiis pigra cessant, ad ventrẽ inferiorem depellit, & concoquendis, quę sumpseris, subuenit, pro communi pipe-

† Mendosè legitur in græc. cod. & impressis δυσώδους pro φυσώδους.

rum ratione. Quòd si huius copia non est, vtique albo vtendum: quippe quod supra duo reliqua genera ventrem roborat. Sin hoc nõ adest, optimum nigrum petendum est: id verò fuerit, quod pondere præcellit. Sanè vtilius sit, & Diospolitico medicamento vti: cuius compositio duplex est: aliâs ex paribus omnibus, cumino, pipere, ruta, nitro, poteftq; ita magis ventrem soluere: aliâs cum reliquorum pari põdere miscetur nitri dimidium. Præstiterit autem cuminũ esse quod vocant Aethiopicum: piper verò, vel longũ vel album. Macerabitur cuminũ in aceto maximè acri, dein cõtinuò id tũditur, aut etiã prius modicè frigitur in vase fictili, quod coctũ in camino quàm optimè sit. Quæ enim exactè penitusq; cocta nõ sunt, hęc lutosa potius quam figulina sunt, & qualitatũ suarũ nonnihil medicamentis remittunt. Sunto verò & rutæ folia modicè siccata. Vt enim si plusculum siccentur, acria, amaraq; redduntur: & supra quàm par est calida: sic, si prorsus nõ sicces, excrementitium quendã humorem retinent, nondum ex toto concoctum, cuius vitio flatum discutere minus possunt. Quatuor his aliquando despumatum mel additur: aliquando nihil, sed sola sine melle reponũtur, ac ptisanæ cre-

Medosè legitur in Græc. cod. impressis ἐκ τούτου pro ἑκάστου.

[m]ori, & aliis quibus maximè conuenire [v]identur, cibis iniiciuntur. Sumitur & per [s]e medicamentum hoc, & ante, & post ci[b]um. Porrò ad eum vsum optimum est, [q]uod mel admistũ habet, quod vtiq; curio[s]è sit despumatũ, id enim flatum maximè [d]iscutit: sit autem oportet & mel optimũ, [c]ommodò quod flatũ discutiat, quodq; ma[xi]mè dissecet, futurum medicamentũ est. [A]ppositum sanè remediũ sic affectis est, & [q]uod ex tribus piperibus conficitur (διὰ [τ]ριῶν πιπέρεων Græci vocant) vtiq; quum [n]on admodum medicamentosum sit, ex [v]ariisq; confectum, sicuti à plerisque me[d]icorum componitur, misturæ cuiusdam [ri]tu, quam καρυκείαν vocant, aut apri à mi[ni]ficis istis coquis conditi, † adeò vt non [m]inimum iis qui sumpserint, negotium [si]t immista illi medicamenta concoque[re, a]mi, seseli, libysticum, & alia id genus. [C]ruda enim minimeque mutata, iis qui ea [su]mpserint longo tempore durare in ven[tr]e intelliguntur. Hæc igitur subtrahen[d]a medicamento sunt, præterque hæc ele[n]iũ, & nardi spica ceu verò nonnulli com[p]onunt, etiam casia. Expeditur autẽ præ[p]aratum habere ad manum dupliciter, [s]icut ipse soleo: alterum simplex, quod vti[q]ue his dandum est, qui parum concoxe-

† Locum hunc non admodum fidè vertit interpres, eo quòd legit, sicuti legitur in Græc. cod. impreßis, προσκειμένοις, *pro* προκειμένοις, *vnde & verbum* τοῖς ἰατροῖς *omisit.*

runt,& qui recens frigus in ventre habēt, pituitoſum ſuccum:alterum quod medica mētoſum magis eſt, quo maximè vtimur in iis fluxionibus, quæ à capite deſcēdunt ad pectus. Verùm hoc quo pacto ſit præpa rādū,alibi dicetur. Simplex illud, quo ad cruditatis abundantiam, quæ in primis eſt venis, vtimur, huiuſmodi eſt: Ad cuiuſque trium piperum drachmas qninquaginta, abundè adduntur aniſi,& thymi,& zingiberis,ſingulorum drachmæ octo:& ſimplicisſimū quidem hoc eſt:etiā hoc ipſo magis ſimplex,à quo detractum zingiber eſt. Alterum verò eſt,quod ex iiſdem conficitur:verùm ad cuiuſq; trium piperū drachmas quinquaginta, reliquorum cuiuſque ſexdecim drachmarum iniicitur pondus: nempe aniſi,thymi,& zingiberis,quo etiā ad propoſita vtimur cōmodiſsimè. Debet autē,ſi haberi poteſt,aniſum Cretēſe eſſe: thymum aut Atticum, aut planè ex editis locis,& ſiccis,cuius quicquid lignoſum eſt circūciſo,coma ipſa vnà cum floribus iniicietur. Eſto verò & piper quod longum quidem eſt,integrum,minimeq; foratum: æque verò & zingiber,nam ambo perforari facilè ſolent. Quinetiam nō ſolùm nō perforatū,ſed & verum illud,quod ex barbaris affertur,piper eſto: hic nanque quod adul

In veteri habetur ὥστ' ἔργον ἢ σμικρὸν ὑπάρχει τοῖς ἰατροῖς, ἢ τοῖς προχυρυμένοις αὐτὰ τὰ ἐμβαλλόμενα φάρμακα ἀποπτίσαι *id eſt, adeò vt nō minimū negotiū ſit medicis, aut illis qui apparāt, quæ imponuntur medicamenta probè in ipſa miſtione dirigere, ac pinſere.*

adulteratur, duplex eſt, alterũ quod in Alexãdria maximè cõficitur: alterũ quod herbę cuiuſdã germen eſt. Qua verò maximè ratione internoſci quod adulterinum eſt, poſsit, ipſe docebo: tantiſper præfatus, ne quis aut miretur, aut cauſam reqrat, quãobrem vel componendi, vel probandi medicamenti hîc tradere rationẽ ſubiit: qui in medendi libris non temerè id facere ſoleam. Siquidem in illis cum medicis ipſis duntaxat ago: hîc verò etiã cum aliis vniuerſis, quos aliqui communi nomine, φιλιατρὸς, id eſt medicorum ſtudioſos, vocãt, qui ſcilicet in primis diſciplinis verſantur, quo intelligentiam ſuam exerceãt. Porrò his neceſſe non eſt, nec in libris de ſimplicibus medicamentis, nec in opere de medicamentorum compoſitione eſſe exercitatis, multoq; minus explorandi cuiuſq; medicamenti peritiã habere. His itaque perſcribi in plenum talia omnia ſatius eſt, ſicuti paulò antè de lõgo pipere tradere occepi. Principiò enim experiendum guſtu eſt, diligenterque æſtimandum, an piperis qualitates ſeruet, poſteà in aquam mittendum. Nam quod factitium eſt: ſi per diem totum in humore maceretur, illico liquatur ac ſoluitur. Si ergo tum piperis, ei qualitas planè ineſt, nec maceratum reſolui-

tur, sitque (vt dictum est) minimè foraminibus pertusum piper id longum idoneū iudicabis. Nigrum verò nec exile, nec rugosum, nec crassi corticis esto: sed, ex eo quod ponderosum vocant, id quod tū maximum, tum plenissimū est. itēq; de albo simili modo eligatur, quod maximum est atq; plenissimum. Deinde omnibus simul tusis, & per tenue cribrum transmissis, mel optimū curiosè despumatum admisceto. Sanè id odorum, flauumq;, præterea acerrimū dulcissimūq; fuerit, tū crassitudine nec planè crassa, nec liquida, sed quæ ita cōtinuitatē suam tueatur: vt si digitum in id demiseris, pòst in sublimè attollas, quod mellis ab eo defluit, lōgissima quasi linea sibi cōtinuatū videas. Coquitur hoc rectè, aut super carbones, aut ligna omnino arida, quæ etiam ἄκαπνα Græci vocant. Hoc igitur medicamentū dare conueniet, non semel bisve quotidie, sed etiā sępe: siquidē manè, & ante cibū & post, etiam cubitum euntibus rectè datur, cochlearii pleni mēsura, atq; huius quidem, vt paruis, parui, & maximis, maximi: ita mediis ad portionē, præterea etiam zingiber, quod ex barbaris affertur aceto maceratum. Est id virentis herbæ radix, à collectu statim in acetū coniecta. Extinguitur enim eiusmodi medic-

licamẽtorum calor, circa ipſas primas ve-
nas, nec in totum perfertur corpus, veluti
aliorum quorundam, cuiuſmodi id medi-
camentum eſt, quod diacalaminthes pro-
ptereà quod calaminthen recipit, vocant:
de quo mox vberius agemus. Idcirco etiã
oxymeli his vtiliſsimum eſt, vt prius dixi-
mus, id ita præparari debebit. Quũ melli
optimo ſuper carbones ſpumã abſtuleris,
coniicies in ipſum aceti tantum, vnde gu-
ſtanti nec acidũ nimis, nec dulce videbi-
tur: ac denuo ſuper prunas coques, quoad
planè vnitæ amborũ qualitates ſint, nec ap
pareat guſtãti acetũ adhuc crudũ, hinc ab
igni depones, quumq́; vti voles, aquam ei
miſcebis, ita nimirum temperans vt vinũ.
Ergo qui bibet, ſi nec de acore eius queri-
tur, nec dulcedine: aſsiduè eo vtatur: ſin al-
terutro offenditur, adiecto quod deſide-
ratur, rurſus id coques. Neque enim eos
probo, qui ſub vna quapiam menſura id
conficiunt: qui mihi ſimiliter iis affecti vi-
dentur, qui bibentes omnes ſimiliter aquã
vino miſcere cenſent : non aduertentes,
quibuſdam vtique qui dilutiori inſueue-
runt, caput ſtatim, ſi vel puſillo meracius
hauſerint, tẽtari: quibuſdam qui meracio-
re delectãtur, ſtomachum ſi dilutius bibe-
rint, ſubuerti. Quum igitur in vino tam

familiari potione iſta incidant, multò ſanè magis in oxymelite, vtpote quàm vinũ tum minùs familiari, tum magis forti, ipſa ſequi par eſt. Satius ergo ſit, ex ſumentis guſtu, †non noſtro, iudicium de modo facere: id eſſe ſumentis naturæ cõuenientiſſimum oxymeliratos quod vtique eſt iucundiſsimum, proindeq; etiam vtile: contrà, aduerſiſsimum eſſe, quod iniucũdum. Ipſam tamen primã ipſorum miſtionem quò plurimis conueniat, talẽ eſſe oportet: Vni aceti parti, †mellis à quo detracta ſpuma ſit, duplum eſt miſcendum: deinde ambo in leni igni coquenda donec eorũ qualitates in vnum coïerint, ita enim nec acetum amplius crudũ apparebit. Cum aqua verò ſtatim ita facies oxymeli: Melli quadruplum optimæ aquæ miſcebis, dein coques modico igni, quoad ſpumare deſinat. Ac malum quidem mel, multã egerit ſpumã: quò etiam diutius coqui debebit. Optimum verò, vt breuiſsimo tempore coquitur: ita minimũ ſpumæ euomit: vnde nec pari ei coctione eſt opus, plurimum certè quartam partẽ eius quod ab initio eſt inditum, amittit: pòſt verò dimidio aceti adiecto, rurſus coquendum, donec qualitatum omnino ſit vnitas, nec acetum crudũ etiã appareat. Conficitur ſanè oxymeli, etiam

†Mendosè legitur in græc. cod. impreßis ἀυταῖς pro οὗταις.

† Mẽdosè legitur in Græc. cod. impreßis διπλασίῳ μιγνυσθαι τοῦ τὸν ἀφρὸν ἐξῃρημένου μέλιτος, pro διπλάσιον μιγνύσθω ἀφρισμένου μέλιτος.

trib

ibus ſtatim ab initio miſtis,ad hunc mo-
um:Aceti vni parti additur mellis duplũ,
aquæ quadruplum:atque hæc ad tertiã
artem coquuntur,* vel etiam quartã,ſpu *In gr.co
a interim detracta. Quòd ſi valentius id di.impreſ.
cere ſtudes,tantundẽ iniicies aceti, quan deeſt ἢ τε
im mellis. Apomeli optimum aqua con- τάρτου,
citur,bibiturq; tota æſtate refrigerantis quod habe
ce.Poteſt verò,cui id libet,& ad quã pro- tur in ve
ſuimus affectionẽ,eo cõmodè vti,potiſ teri.
mùm vbi coacuit:id quod ei ſæpè cõtin-
it,aliâs magis, aliâs minus, vtpote ex a-
ua confecto non pluuia,ſicut mulſa , ſed
ualibet,quanquam poteſt qui volet,& ex
luuia aqua id conficere,ipſeq; ſi pluuiam
quam probarem,id ſuaderem:verùm nec
ſam probo, & nihilo eſt deterius ſi ace-
it,potiſsimùm ad ea quæ nũc ſunt propo
ta.Quinimò mediocriter etiã acet,quod
ltem non omnino incurioſè eſt confe-
ũ.Sanè cura conficiendi in eo eſt, vt nec
uus admodum ſit vitioſus, coquaturque
ene in fontana aqua,quę & pura ſit & dul
is. Oportet enim expreſſo à fauis melle
atenus in aqua coquere,quoad nulla inde
uma exiſtat.Ergo tum hac vtendum po-
one eſt,tum verò è vinis iis† quæ leuiter † τοῖς ὀξο
ceſcunt. Nutriendum præterea cibis eſt, μένοις.
ui citra calorem extenuent : cuiuſmodi

capparis est ex oxymelite vel oleo sumptum, ad duos vel tres dies, vt dictum iam est. Quòd si crudos iam succos satis attenuatos speras, vinũ dabis, quod & substantia sit tenue, & colore fuluum, albúmve: hoc enim & ad succi bonitatem, & concoctionẽ facit: illud vrinam mouet. Sunt verò in Italia prioris generis Falernũ, & Surrentinum: posterioris Sabinũ, & Albanũ, & Adrianum. In Asia verò prioris generis Lesbium, & Ariusium: secundi Titacazenum, & Arsyinum, atq; hæc exempli tantum gratia protulimus. Sunt autem & alia multa, tum in Italia, tum in Asia, & cæteris nationibus, quæ his sunt similia: ex quibus facere delectum cõueniet: ad eas quas diximus notas respicientem, nempe colorẽ ac substãtiã: crassa verò & nigra reiicere, vt quæ tum malũ succum gignant, tũ tardè penetrent. Quòd si his adhibitis melius habere se senserit: etiam lauare tum hominẽ debebis, vngereq; ac molliter fricare. Vt verò primùm in vrina subsidẽtia visuntur (ὑπόστασιν vocant) tum frictiones augere, tum ad consuetas exercitationes paulatim reducere. Hoc tempore vnguentis iis quoque vtendum, quæ per halitũ euocent, de quibus & ante mẽtionem feci, & in sequentibus faciã. Haudquaquam tamen in

Vina

eius.

iusmodi affectibus vomitu vtẽdum suase im, sicuti nonnullis est visum tum medi- is, tum gymnastis, falsis (vt opinor) ex iis, uæ à Philotimo & Praxagora de eiusmo- i succorũ curatione sunt scripta. Nõ enim uum lassitudinum affectus abundant: sed uũ hi soli infestant, vomitus eos expellit, quippe quũ nullum periculum sit, ne intrò iolentius reuellatur aliquid eorum excre mentorum, quæ in carne cõstitere: quem- dmodũ certè est, quum ambo redundant, x in primis venis cruda & in solidis morda cia. Caueri enim in talibus satius est vtrun que reuulsum, & foras crudorum, & intrò mordaciũ. Sicuti igitur in superioribus ca uimus, ne crudi succi foras traherentur: ita ne mordaces reuocentur intrò, est vtiq; ca uendum. Summæ verò eorum, quorum oc casione foras ferãtur, hæ sunt, exercitatio, & frictio, & balneum, & somẽta calida, & vnctio calefaciens: tũ ex animi affectibus, iracundia: & vno verbo, omnia quę succos, qui altè in animãtis corpore sunt mersi, ad motum quoquò versus irritant. Quorum verò occasione intrò ferantur, ea sunt quæ vtique prohibent foras ferri, talia sunt ex iis quę cuti propinquãt, & quę frigida sunt, & quæ astringunt. Ad hæc quæcunq; suc- cos [introrsus] attrahunt, aut aliâs quoquo mo

modo ipſorum intrò motũ excitant: quorum ſunt triſtitia,& horror quacunque de cauſa ortus(quippe quum & ex calida cauſa,& frigida,tum horrorem gigni, tũ etiã rigorem qualẽ ſupra deſcripſimus, eſt oſtẽſum) præterea quæ auditu viſúve, animo aut ſtuporem,aut horrorẽ incutiunt. Hæc itaque omnia deuitanda tum ſunt, quum idem homo pariter & laſsitudinem ſentit, & venas habet crudis ſuccis refertas. Nam neq; qui extra ſunt,rectè intrò reuocãtur: neque qui intus ſunt, foras: imò qui foris ſunt,leuiter educendi per halitum ſunt. Siquidẽ quæ vehementius id faciũt, etiã eorũ quæ intus ſunt,aliqd attrahũt: qui verò intus ſunt, hi attenuãdi coquendiq; ſunt. Quòd ſi vel vomitu eos, vel alui deiectiõe educere violẽtius tentes:vtiq; eorũ qui foris ſunt,aliquid intrò rapueris. Neq; accuſandus Philotim. eſt,ſi tali vſus expulſione eſt,vbi citra vllũ aliũ affectum†crudorum abundãtia in primis venis conſtitit. Quin potius noſipſos aſſuefacere par eſt,vt veterum ſcripta diligentius inſpiciamus. Ergo quibus intus crudi ſucci copia eſt, & foris laſsitudinis ſenſus,iis hyſſopũ in mulſo coquẽs,nõ ſtatim nec primo die,ſed in ſequẽtibus dabis:vomitu verò abſtinebis, veritus(vt diximus)ne quid excremẽti externi

† Mēdosè legitur in græcis co. impreßus ὠμῶν παρακίνται, *pro* ὠμῶν χυμμῶν περικεῖται.

int

intrò rursum reuocetur. Praxagoras verò ac Philotimus rationabiliter post eiusmodi mulsum, vomitum probant: propterea quòd crudos citra lassitudinem succos curant. Cæterùm quoniam de his abundè dictum est: tempus monet reliquum aggrediamur affectũ, †in quo cum vlceroso sensu, etiam crudorum copia] in corporis habitum est recepta. Accidunt hæc in iis maximè negotiorum circunstantiis, in quibus aut calor, aut immodicus labor crudos succos à venis in carnem rapit: idque his qui nullam ad præsens recentem cruditatem contraxerunt: quippe hęc si adsit, vniuersum ita corpus crudis occupabitur, cuiusmodi affectus curatio, etiam pòst à nobis dicetur. Verùm quoniam compositum omne posterius simplici est, præstat (arbitror) reliquum simplicem affectum prius expedire, ac deinde ad compositos venire. Quanquam ne hunc quidem omnino simplicem est arbitrandum, sed vt inter lassitudines sua sponte ortas simplicem. Proposito nanque nobis affectu qui lassitudinem excitat, adiicimus illi reliquos. Sed quia in mistione, aliâs simplex, vnaque affectio additur, aliâs composita: ita simplicem appellauimus, hanc de qua nunc agimus. Esto igitur crudi succi

†Hic locus ita legitur in græc. cod. anti. καθάναι μὲν φλέβαι αἷμα χρηστὸν περιέχουσι σύμμετρον τῷ ποσότητι, τῶν δὲ ὠμῶν πλῆθος. i. in quo venæ quidem optimum sanguinē cōtinent, & quo ad quantitatē mediocrem, crudorum verò humorũ copia.

9 copia in solidis animalis partibus, non in venis, cui accedat vlcerosæ lassitudinis in his ipsis affectus: quippe talis erat*is, de quo inter initia sermonis loqui instituera-mus. Sicuti igitur in quorũ venis & præci-puè in primis crudorum†copia erat, his es-se à calidis cauendum censuimus: veriti ne eiusmodi succi in habitum corporis per-traherentur, ita nunc id timere non opor-tet. Ergo danda his sunt, quæ vel ad cutim vsq; calorem suum transmittant, frican-dumq; largiter oleo, quod relaxandi vim habet, ac potissimùm manè quum surgunt à somno. Nam ea frictio simul concoquit crudum succum, simul corpoream molem animantis nutrit. Quiescendum verò post hæc diu est, si quidem probè sint cessura. Sanè multò euidentius efficiant, cuius gra-tia fiunt, si homo exiguum cibum pridie sumpserit, nec aliud à cœna bibat, quàm vinum quod fuluum sit ac tenue. Nec ve-rò illico exercitandum assiduè, & vehe-menter est, necubi imprudentes crudo ad-huc succo nutriri corpus cogamus. Vtilius itaque fuerit manè largius fricare, & post id diu quiescere, ac modicè inambulare, tũ denuo multa vti frictione, & balneo modi-cè calido, præterea alimentis quæ & boni sint succi, & minimè glutinosa. Eorum ma-teria

*Legendũ est in græ. sicuti in veteri cod. ἦ γὰρ ἐξ ἀρχῆς ὑπόθεσις.

†In græc. codic. impress. post τὰς πρώτας, deest τὸ πλῆθος.

ria ſuprà iam dicta eſt, vbi ptiſanã ad ta-a laudaui, & piſces ſaxatiles & aues mon-colas. Apti cibi ſunt & qui attenuant, de cuibus ſcripſimus vno libro. Nec eſt quod erearis, ne calorem vehementer accẽdas: uinimò medicamẽ quod diacalaminthen ocant, audacter dabis. Eſt verò compoſi-io eius huiuſmodi: Accipe calaminthes, pulegii, & petroſelini, & ſeſeleos, cuiuſq; vncias duas] ſeminis apii, cacuminun thy-mi, vtriuſq; vncias quatuor: adhæc liby-tici vncias xvj. piperis verò octo & quadra-ginta. Ac piper quidẽ grauis eſto põderis, quod βαρυσταθμὴν vocant: Seſeli verò Maſ-ſilienſe, petroſelinum Macedonicum, hu-iusq; præcipuè Aſtreoticũ Calaminthe & pulegium potiſsimùm ex Creta: ſin minùs, certè ex regionibus editis & ſiccis. Simili ratione & thymum. Atque herbarum qui-dem quicquid lignoſum durúmque eſt, id abiiciẽdũ. Accipiẽda verò ad medicamen-tũ folia, atq; ex his maximè quæ ſubtiliſsi-ma virẽtiſsimaq; ſunt atq; in ſummis her bis nata. Ad hæc flores & quę cum his ſunt vnà minutiſsimas tenuiſsimaſq; feſtucas, hæc omnia ſimul tundenda cribrandaque ſunt tenui cribro. Quippe eiuſmodi me-dicamẽta, in totum corporis habitum ma ximè digeruntur, veluti è diuerſo craſsio-

† In veteri græco co. legitur δραχμὰς ιβ. *i. drachmas duodecim.*

ra in ventre hærent, vt quæ angusta venarum oscula, subire nequeāt. Quamobrem etiam medicamētum, quod diospoliticon vocāt, cuius in hoc libro mentionem feci, crassius facere soleo, quoties deiicere aluū per id studeo. Quidam verò id non intelligens, quū tenuissimū munutissimumq́; instar pollinis fecisset, vt aluo deiiciendæ nihil contulit, sed vrinam planè multam mouit: mecum rem cōmunicauit, mirās ac sciscitans euētus eius verā causam. Ipse enim arbitrari se aiebat, hominis intēperantiam (nā ita appellabat) eius quod inciderat causam esse. Vt verò propriam causam didicit esse compositionis rationem, postmodum aliter composuit meliore successu. Ac huius quidē præcepti in omnniū medicamētorum compositione meminisse expedit: præpositum verò in præsenti medicamentū, omnia prorsus subtilia postulat, quò facilè in omnem corporis partem digerātur feranturq́;. Miscendū verò his ita pręparatis est mel optimum, curiosè despumatum, porrò vsus eius erit post matutinā frictionem, anteq́; exercitationē & balneum. Licet & sine admisto melle, siccum medicamentum reponere, eoq́; salis vice ad obsonia præparati vti licet, & in ptisana veluti acetū iniicere, vel in eiusmodi aliquid pro-
pipe-

pipere. Non modò autẽ ſiccũ ipſum medi-
camentum, ſalis ritu in vario eſt vſu, ſed
etiam quũ melli eſt admiſtum, ſiquidem
id quoq; poteſt cum aliquo cibo miſtum
ſumi, ita vt iucundũ vtenti ſit. Poſt cibum
tamen nunquam nec hoc medicamentum
nec aliud vllum, quod ad diſtributionẽ ve-
hementiorem facit, ſumendum eſt. Non
enim diſtribui tunc, ſed concoqui quę ſum
ta ſunt, eſt vtilius. Melius itaq; ſit, iis qui
externo aliquo præſidio ad concoctionem
egent, hoc tempore exhiberi diatrion pipe
reon ſimplex, cuius compoſitionem antè
expoſui. Quinetiam ipſum piper potioni
inſperſum, percõmodum eſt ad ea de qui-
bus agimus. Quòd ſi qua fortaſſe maior
neceſsitas inciderit, etiam quod ex ſucco
mali cydonii conficitur: cuius omnem cõ-
poſitionem, vireſq; diligenter in ſequẽti-
bus explicabimus. Verùm ad ea quæ nunc
agimus, omnium quæ mihi cognita ſunt,
optimum medicamentum eſt diacalamin
thes, nam craſſa lentaq; attenuat: & per ha
litum educit, & vrinas mouet, & mulieri-
bus menſes. Eſt autem vſu quoque iucun-
diſsimum, præſertim quum liberalius mel
acceperit. quo tempore coqui largiùs poſtu-
lat. Qui verò auerſantur dulcia, & mel fu-
giunt (nam eiuſmodi quoq; naturæ inue-

nias)iis parum in cõpositione miscebis. Sanè melius his quoq; fuerit, si largius coquatur: nam & minus est eo pacto dulce, & minus stomachum eorum qui à melle abhorrent, subuertit. Atq; omnia quidem huiusmodi, vel ante nostram admonitionem sibiipsi quis excogitabit, vnum scilicet vbiq; destinans: nempe vt quoad fieri licet iucundissimũ fiat medicamentum, sed tamen virium eius vtilitate seruata: non enim hanc, dum dulcedini studetur, solui iubeo. Vbi igitur circiter duos vel tres primos dies, ita præparatus homo est, non incommodum fuerit, etiam consuetis eum exercitationibus admouere, animaduersis prius tũ coloris bonitate, tũ aliis notis, quæ in præcedẽtibus sunt cõprehensę. Nam si omnia commodè se habere videntur, plenè exercitandus est: sin minus, etiam ante mediocritatem desistet, ac in prius dictis tum victu, tũ medicamentis eo die habendus. Postridie rursus exercitationi dandus, super iisdem tum notis, tum scopis, vt quũ omnia ex sententia, commodaque appareãt, ad eandem victus rationem reuoces, cui antè insueuit quàm lassitudinis symptomate vrgebatur. Quoniam verò & acopo, quod ex abiete fit, vti expedit iis qui in carne, & tota corporis mole, succos cõgesserũt, qui aut cõ-

coqui†desiderent, aut per halitum digeri:
non ab re fuerit, eius quoq; cōpositionem
apponere. Est igitur abietis pulcherrimum
semē, ~~circa Arcturi emersum~~, quo tempo-
re Romæ September mensis est, apud nos
verò Pergami Hyperberetęus: Athenis my
steria. Id semē coniicere oportet in oleum
quolibet anni tempore: nullum enim in ea
re discrimen est. Melius tamen fuerit, si id
contundas prius quàm iniicias: quādo ita
citius oleum sua qualitate viq́ue inficiet.
Erit id spacium dierum minimum quadra
ginta. Nos verò sæpè & tres, & quatuor,
etiam multò plures mēses macerari permi
simus: [sic deinde semen abiecimus] humi
dum verò linteo percolauimus. Esto verò
eius generis oleum cui relaxandi vis insit:
cuiusmodi in Italia Sabinum est. Coniicies
autem in quinque & viginti heminas, eius
seminis modum Italicum. Esto autem &
hemina ipsa Italica, quam vtiq; & libram
nominant. Vbi verò maceratum in eo se-
men fuerit, multo planè minus redditur.
Ei igitur quod reliquum est, idoneus ceræ
modus erit, si quatuor libras immiseris: re-
sinæ verò abietinæ libræ vnius partem ter-
tiam, id æquat drachmas triginta duas:
iniicies verò & pineæ resinæ tantundem.
Quòd si harum copia non sit, earum lo-

†Mendosè legitur in Græ. cod. impressis δυναμένους, pro δεομένους vt legitur in veteri.

[In veteri græco codic. pro κἄπειθ' οὕτως ἀπερείψαμεν τὸ σπέρμα legitur καὶ πιθ' οὕτω λαβόντες εἶτα τὴν ὑγρότητα τοῦ σπέρματος ἐκλαβ

co terebinthina vtendum. Coques verò commodius hæc in vase duplici, aut certè igni lento, qualis prunarum est: quę tamen nec ipsæ multæ esse debent. Medicamen hoc aptissimum est ad omnem lassitudinem, seu sponte ortã, seu alia quauis ratione cõtractã. Vtile sanè medicamentũ est & quod ex populi floribus fit. Id tale est, Ex floribus populi adhuc conniuentibus, modius Italicus in quindecim aut viginti libras Sabini olei immittitur. Si id præstò nõ est, simile aliquod præparãdũ oleũ est. Dictum verò in præcedentibus est, simile esse quodcunq; tenue est, nec vllam astringendi vim habet. Magis verò ad rẽ pertinebit, & si modicè cõtritũ ipsum florẽ in oleũ coniicies. Quòd si quotidie medicamentũ dimouebis, idq́; potissimũ quum sol feruebit, ac in domo calida repones celerius ita magisq́; tũ qualitas populi, tũ vis in oleum migrabit. Itaq; post binos ternósve mẽses potes flore expresso atque abiecto, habere oleũ, quod sine vlla morsione per halitũ digerat: idq́; nihilo minus, quàm abietinum. Quinetiam ceræ, & resinæ tãtundẽ iniicere licet, quantum paulò antè in id quod ex abiete confici diximus. Si quando verò humidum id quod exprimitur, crassius videbitur: sat fuerit, vel quintam partem ceræ ad

ψαντες, αὐτὸ μὲν ἀπερρίψαμεν τὸ σπέρμα. id est, deinde vbi sicca accepimus, ac deinceps seminis succũ expressimus, ipsum quidem semẽ abecimus.

adiici nedum quartã. Ego verò etiã ſextã me addidiſſe ſcio, vbi & oleum craſſum erat effectum, & qui vſurus erat, liquidiore medicamento delectabatur. Nonnulli diu macerari, tum flores, tum ſemina non ferentes, partim ea percoquere in oleo cogũtur, partim aquã iniicere, vtique qui cautiores ſunt: quò videlicet nec torreantur quæ ſunt iniecta, nec oleum vſtionem odore referat. Qui verò his magis ſunt curioſi, in duplicibus vaſis coquunt: hoc fit quum in lebete, in quo ſit aqua feruens, inſeritur exiguum vaſculum, in quod fundi oleum debet: id quod ſanè nos facimus, nõ tamen ad ſemina florésve coquendos, quippe hac coctione minimè egemus, propterea quòd ea diu maceramus: ſed quũ in conficiendo medicamento, ceram & reſinas liquare in lebete paramus. Qui verò celerius ea præparare cogitur, hunc neceſſe eſt, & (vt prædictum eſt) præcoquere, & ne torreantur, aquam vinúmve iniicere. Atque ad ea quidem, de quibus nũc agitur, vtilior aqua eſt, vinum verò ad podagricos affectus, & vno verbo, articulares. Porrò ſufficit tantulum aquæ admiſceri, quantũ coquendo totum euaneſcet: is modus erit, ſi quadruplũ eius, aut quintuplum oleum ſit. Ergo & hæc medicamenta, ſuccos quicunque non craſ-

si,nec lenti in carne cutéque resident,euaporent: & ad hæc quod ex chamemelo fit oleum,tum ipsum solū, tum verò cera resinaque adiectis. Quorū modus hic quoque satis erit idoneus,si ceræ pars quarta, resinæ duodecima sit immista. Si cui verò nullius horum,quæ memorauimus,oleorū copia sit, huic anethinum præparasse est facillimū. Potest verò & id medicamentū, per alitum digerere,siue solo eo,siue cum cera resinaque vtare. Dāda verò opera est, vt in vase duplici & anethinum coquatur: vtiliusq; fuerit,si anethum viride sit, quod vtiq;, si quo tēpore requiris, cōpetet, maturum id esto. Iam sampsychinum oleum, hieme,& regione frigida,ac tempestate simili,idoneū medicamentum est. Habeto verò ceram ac resinā id quoque,si præsertim manere id super vncto corpore diutius studes. Simili ratione Rosmaris herba oleo incoquēda. Quòd si nec ea sit ad manū: betæ albæ radix & †cucurbitæ agrestis, & altheæ, & vitis albæ, efficaciter euaporant,vbi suā ipsæ qualitatē, viresq; in oleo aliquo similis facultatis dimiserūt. Quodcunq; verò sic præparatum oleū est,in id, si vel ceram solā, vel cum ea resinam iniicere voles, non solùm pulcherrimum, sed etiam quod in loco bene hærebit, vnguētum

† σικύου ἀγρίου id est, cucumeris agrestis.

rum facies. Abundè autem omnino erit, ſi ceræ quartam partem, reſinæ duodecimã inieceris. Si verò etiã duas reſinas iniicies, nempe abietinã, ac pineam, quam στροβιλί-νην græcè vocant, aut tertiã ſuper has therebinthinã, aut etiam hæ ſi deſint, humidam pini reſinam: ſic quoq; medicamentum feceris, quod euaporandi vim habet, ĩ hæ ſi deſint, aut ea quæ in fictilibus habetur reſina miſcẽda, aut quam Græci φρυ-κτὴν dicunt, id eſt frixam nec ignoro tamen has ſupradictis imbecilliores, cæterũ non omnino contemnẽdas. Quũ verò reliquus laſsitudinis affectus ſit, in quo ſupra vlceroſum ſenſum copia crudorum in toto corpore congeſta eſt, de hoc quoque dicendũ eſt. Nec eſt inuentu difficile quẽadmodum emẽdetur, ſi quis ea, quæ dicta ſunt, ſequatur. Si enim vbi in primis venis crudi ſucci copia eſt, diſſecandũ nobis eũ eſſe, concoquendumq; diximus, cauẽtibus ſemper ne in habitũ corporis traducãtur. Vbi verò in extremis venis & corporis habitu reſedit, & concoquendum pariter & per halitum reſoluẽdum: nimirum quibus ambo inciderũt, in iis ambæ rationes ſunt miſcendæ. Atq; id ſiquidẽ pari noxa vrgere videbũtur, æquali vtriuſq; reſpectu: Sin alterũ prægrauat, vtiq; totiꝰ curationis ſtu

dio in id propenso,nec tamẽ altero,quod minus est,neglecto. Miſcebis autem vtriuſque curationẽ,ad hunc modũ(nõ enim ab re fuerit,exẽplo aliquid de hoc egiſſe.) Suaſimus iis,quibus in primis maximè venis crudi ſucci congeſta copia eſt,ſimplici diatrion pipereon medicamento vtĩ.Ergo ſi nõ modò in his,ſed etiã in omnibus venis ſit,ſuperq́ue in ipſa carne, in principio curationis,ipſo diatrion pipereon vtendũ, ſed cui admiſtũ petroſelini tantũ ſit, quantum aniſi,& thymi,& zingiberis habebat: poſt primũ verò diẽ,magisq́; etiã poſt ſecundum miſcendũ eidẽ eſt aliquid diacalaminthes:mox verò partes æquè miſcendæ, procedente deinde tẽpore,ipſius diacalaminthes plus addendũ : ad extremum verò etiã ſolũ exhibebitur.Ad eundẽ modum , & in reliqua omni victus ratione, quoties pares affectus ſunt,miſcẽdæ eorũ medendi rationes ſunt:ſed ita tamẽ: vt inter initia potiores medendi partes iis præſtentur,quæ in primis cõtinentur venis,in fine verò,iis quæ in carne:medio inter hęc tẽpore ambæ rationes æquabiliter miſcebuntur. Hæc igitur & prædicta à me ſunt, & patére iam arbitror , qua ratione corrigere oportet,quod peccatum in ſuccis eſt, priuſquã hominẽ morbus occupet. Ex iis

enim

nim quæ in vlceroſo affectu retulimus, uum adiunctũ vitioſo ſucco eſt, ratioci- liari licet,& de alio quouis,quum ſolus cõ iterit.Ac de primo quidẽ laſsitudinum enere,in quo punctionis quidem ſenſus, mnes animalis partes infeſtat,ac cæteris itioſi ſucci redundãtiis , quæ corpori vel olæ,vel cũ laſsitudine accedunt fermè di imus vniuerſa:de ~~ea verò laſsitudine,quę nobis tẽſionis eſt appella~~ta,deinceps aga nus.Atq; hanc quidẽ quum citra exerci- ationẽ conſtiterit,abundantiam indicare liquam,quæ ſolidas animalis diſtendat, um aliis quibuſdã probatis viſum eſt me- icis,tum nõ in poſtremis Eraſiſtrato.Vbi erò ſanguinis redundantia grauat,dictũ uto ſuprà eſt,optimum eſſe vel venã in- idere , vel malleolum ſcarificare. Reſu- nendus verò idem & nunc ſermo eſt vel raſiſtrati cauſa , qui nec in alio quouis, eq; verò in hoc affectu ſanguinis detra- tione eſt vſus. Ac quòd in ſaluberrima uidẽ natura,de qua ſermo habetur,licet lia quoq; ratione eiuſmodi redundantiã mittere,dictũ ſuprà eſt.In vitioſis nanq;, n quibus videlicet vel in cerebro, vel in piritus inſtrumentis, excrementũ ſubſti- it,quantum diſcrimen aditur ſi ſanguinis detractione omiſſa , alia vacuandi ratio-

ne vtare:dicetur alicubi in ſequentibus libris vbi de vitioſis corporum ſtatibus agemus.Sed & dictum iam eſt libro quem de ſanguinis miſsione ſcripſimus cõtra Eraſiſtratũ:quo minus hoc loco longior de his habẽdus ſermo eſt.Sed ad reliquum & tertium laſsitudinis genus,quũ ſpõte oritur, tranſeundum : quod in ſuperioribus phlegmones ſimilitudinem repræſentare diximus,& propter doloris magnitudinem, & quòd cum euidenti calore etiã muſculos in maiorẽ molem attollat. Hæc laſsitudo ne paucis quidẽ horis,nedum duobus tribúsve diebus , eodem tenore conſiſtit, prout Eraſiſtrato placet:ſed ſtatim febrem accendit vehemẽtiſsimam, niſi ſanguinis detractione , malo prius ſit occurſum. Quinetiam calidiſsimus eſt in huiuſmodi laſsitudine ſanguis,eiusq; plurimũ detrahi poſtulãt,qui ea premuntur ferè omnes. Non pauci verò eorũ febricitãt etiã ſi ſanguinem detraxeris.Itaq; nec cunctari, nec parum detrahere conuenit.Sed & maturè educere,& niſi quid aliud vetat,ad animi defectum vſq;.Optimum verò fuerit , bis eodem die,ſi fieri poteſt,detrahere:ac primum quidẽ ita mittere expedit,vt animi defectum homo nõ adeat: ſecundo verò, ne defectus quidem ipſe eſt formidandus.
Quip

quippe qui priore detractione reſolutus eſt,ſecundā ſuſtinere haud poterit:in hac verò ſi quid tale homini incidit,facilè reuocabitur.Qui verò ſic affecti ſanguinem non miſerint,hi ſi euaſerint,vtiq; fortunę beneficio id acceptum ferēt.Sed nec euadent,niſi alia quapiam ratione leuentur, aut ſanguinis è naribus profluuio, aut largio ſudore effuſo. Porrò æſtimare diligenter oportet,qui ſanguinē ſunt miſſuri,in thoracéne,dorſo & lūbis tenſio,pulſansq́; dolor figatur,an in capite potius & collo. Iis enim affectis humeralé venā diuides: maximè ſi repletū caput & calidū ſentiūt: aliis verò internā.Si verò omnino æqualiter laſsitudo corpus occupat, ambarum mediā.Ac ſi ab inciſa quidem vena febrire cœperint, alterius eſt artis nēpe curatiuæ his proſpicere.Sin autē tum non febricitent,primo die poſt inciſam venā,aut ptiſanæ cremorem, aut ſorbitionem ex alica ſolū dabis.Secūdo verò etiam lauare licet,cū copioſo oleo : nutrire verò tametſi volueris, planè moderatiſsimè debebis,lactucæ,ſi placet,aliquid offerens : vel,ſi ſit, cucurbitæ,& ptiſanæ.Eſt & alica nō inutilis,ſiue hanc aceto,vt ptiſanā,condias,ſiue etiā ſine aceto.Si cucurbitæ copia non ſit, malua,betaq́ue & lapatho,& atriplice eſt

vtédum. Quòd si carnē quoq; gustare velit, saxatiles pisces vel oniscos in albo iure bene elixos dabis. Voco ius album, quū sine garo magisq́; etiā sine superuacua conditura, cuiusmodi κοφυκυίον Græci vocāt, præparatur anetho, saleque cum oleo, & porri exiguo in aquā cōiectis. Vino autē vtiliter etiam ipso secundo die parcet, tertio verò, siquidem aquæ potionē facilè toleret, tunc quoque vino abstinebit: si non ferat, potissimùm quidem apomeli dabis. Quippe leuiter refrigerat ea quoq; potio, quo vtique indigēt quæ phlegmones sensum habent lassitudines. Hoc si non sit, album & tenue vinum offeres: aliaq́; pro ratione exhibebis, quæ vt boni sint succi, ita minimè calefaciant. Cauendum verò præter cætera est, ne properè & multū non sensim & paulatim renutrias. Quippe qui post huiusmodi exinanitionem, ad pristinam dietā protinus redeunt, iis corporis habitus crudis succis impletur: quos nimirum antequàm concocti cōmodè in ventre venisq́; sunt, corporis moles ad se rapit. Et hæc quidē lassitudo cōmodissimè ad hunc modū curatur. Quam autē ob rē in iis qui hac premuntur, iterari sanguinis detractionem iubeā, nec hos multū ac simul reficere: satis profectò fuerit, vel

emp-

empiricorum causam reddere: nẽpe quòd ii magis iuuantur quibus sic est emissus, & bona valetudine diutius fruuntur qui sicut cõprehensum est, sunt tractati. Cæterùm & quæ ex natura rei ducitur, rationẽ apposuisse non sit alienum. Quoniã igitur in hac, quæ veluti phlegmone fatigat, lassitudine, vis calidi sanguinis congesta in corporis mole est, venæ autem sectio succos è vasis emittit, vtile est post priorẽ detractionẽ, tantisper intermittere, dum aliquid eorum, qui in corpore sunt humores, demigret ad venas. Quod tamẽ quoniam cõmittendũ nõ est vt in iis maneat, vtpote ex dimidio corruptũ, sed potius plurimũ eius expellatur: idcirco detractionem sanguinis etiam secundo die iteramus: aliquando verò & in tertio, vbi videlicet & reuellere, & ex aliis in alia trãsferre visum est conducere. Dictam verò de omni eiusmodi ratione exactius est, in iis, quæ de sanguinis detractione scripsimus: quæ nunc ideò recensendi locus non est, quod hic ad medendi artem magis pertinet, & in hoc ipso fortassis opere, plenius de sanguinis missione sumus acturi. Reliquum ergo est vbi docuerimus, nõ esse à sanguinis missione festinanter reficiendũ, hîc librum hunc finiamus. Præsumetur autẽ, &

ad

ad huius sermonis fidẽ quiddam, quod in opere de naturalibus potẽtiis est demonstratum. Ibi enim ostẽdimus, omnibus iis quæ propria natura reguntur, vim quandã esse insitam, qua similes quibus alãtur succos possint attrahere. Demõstratum præterea est, vbi proprio & commodo nutrimento destituuntur, vrgeri, vel id, quod non commodum est, rapere: tale porrò est quod nondum in vẽtre venisq; concoctũ est. Ergo necessum est quum homo largius se cibis impleuerit, eo casu crudi succi plurimum in corpus animalis rapi: idq; multis de causis, & quòd deterius in vẽtre venisq; concoquitur quod copiosius est & quod multum in corporis molem ideo subit, quia multum superest: & quòd citius etiã quàm par est, propterea quòd venter venis, venæ reliquis omnibus animalis partibus rapi quod nõdum cõfectum est permittunt: quod adeò non facerent, si id exiguum esset, quod ipsæ haberent. Demonstratum est enim, partes ipsas ex alimento primũ sua portione frui, mox cæteris transmittere. Ergo vltima præcipuaq; noxæ causa est, iis qui sic sunt affecti, quòd quæ in corporea animalis mole habentur partes, vbi multum semicoctumq; attraxerunt nutrimẽtum, nõ paruam excremen-
t

orum vim ex ea re cõgerunt: quum neq; perinde ac si bonum esset, concoquere id omne valent, neq; etiam vt cum corpore polescat, & assimiletur, efficere, imò parũ prosperè singulas functiones obire, post vitiosum multumq; nutrimẽtũ par est. Similiter enim his euenire necesse est, vt võmi, quum abundantia malè præparati cibi est refertus. Malè præparata voco, quæ eli ari torrerive debentia, iustum in his finẽ non sunt consecuta. Ergo siue panis nõ satis est coctus, siue caro, legumen've intra modum elixum, fieri nequit, vt hæc vẽter probè cõcoquat. Eadẽ verò ratione se habent & quæ in ventre malè sunt confecta, ad secundã concoctionem, quæ agitur in venis, qua malè præparati cibi ad concoctionẽ quæ est in ventre. Quinetiã quæ in venis malè sunt concocta, sic se habent ad cõcoctionem quæ agitur in carne, quemadmodum se habebant cibi, ad eam quæ est in ventre: & quæ ex hoc subeuntia, ad eam quæ est in venis. Ergo nec venter externa quæ sumpsit, exactè concoquit, nec venæ hæc quæ à ventre excipiunt: sed nec carnes quæ ex venis, vbi probè antè non sunt confecta. Atque interim excrementorum copiam in corpore prouenire est necesse. Ac rem quidem omnem, vt breuissimè

licuit,

licuit, iam diximus. Quòd si quis dictorũ cuiusq; certam ex demonstratione scientiam cœpisse velit, is librũ de naturalibus virtutibus legat: in quo primùm illud liquidò demonstratum est, ventrẽ sua ipsius causa nutrimentum suscipere, vt eo tum fruatur, tum quod sibi desit suppleat: eoq́; amplecti id vndiq;, ac retinere totũ quoad se abundè satiauerit. Secundò illud, eundẽ vbi ali prætereà non desiderat, imam sui partem (πυλωρὸν Græci vocant, id est portam) recludere, ac quod ciborũ superfuit, exprimere, pessumq́; ceu alienũ onus trudere. Deinde, quòd in ipso trãsitu per intestina ac potissimùm tenuia, venæ quæ huc pertinent, alimentũ ad se rapiunt, quòd ex mora, quam in vẽtre habuit, & alteratum, & animali magis idoneum, est effectum: mox in ipsis venis quoq; ab alia in aliam traditur, ad eundẽ modum quo ex ventre in venas, hinc verò iam planè cõfectum in singulas pertrahitur animalis partes: vbi tertiã cõcoctionẽ nactum, ipsi alẽdo corpori assimilatur. Hæc si quis ex eo libro colligat, nihil est quod causam amplius requirat, cur multi, habitu corporis exinanito, nisi sensim renutriantur, plurimum excrementorum in toto eo congerãt atq; ex iis non leuiter ægrotent.



CLAVDII GALENI DE SANITATE TVENDA LIB. QVINTVS, THOMA LINACRO ANGLO INTERPRETE.

Quæ in quinto libro de tuenda sanitate continentur.


VINTVM de sanitate tuẽda librũ ingrediens, si qui fortè erũt, qui prolixitate operis nostri grauabũtur, hos primùm solari volo: nõ enim nostra id culpa euenit, sed propositæ rei natura. Si enim fieri potest, vt qui breuibus longam cõtemplationẽ absoluit, nihil necessariũ omittat: fateor errorem meum, ceu nulla necessitate ambages secutus sim. Sin clarius simul breuiusq; differi de iisdem nõ potest, nemo nos meritò accuset, sed ipsos potius qui eorum, quæ necessaria sunt, non pauca prætereũt. Est verò illud simul ex maximè necessariis, simul veluti elementum totius artis quæ valetudinem tuetur, quòd numerosæ hominum sunt naturæ, prout in confesso est omnibus tum medicis, tum gymnastis. Quorum tamen plurimi ita de valetudine tuenda scribũt, quasi de vno homine agãt: idque ne vno quidem ostenso quem prius iuuerint: quanquam non vnum, sed multos, quos morbis prius assiduis implicatos, ipsi posteà multis annis in sanitate, sua opera seruassent, indicasse, ac sic ad scribendum accessisse, par erat. At nos, ipsis rerum effectis id ostendimus: & iis qui prius assiduis premebantur morbis, inde adeò quòd sanitatis præceptis paruissent in

in omni integritate ſeruatis, ſic demum de ipſis ſcribere ſumus aggreſsi. Quippe alios exercitari in totum vetuimus: iſtis videlicet exercendi corporis cauſa ſuſceptis, ac ſolis vitę actionibus contentos eſſe ſuaſimus: aliis de multitudine exercitationum demere aliquid iuſsimus, vt totum breuiſsimis complectar: aliis qualitatem tantùm, aut ordinem, aut tempus: aliis vniuerſam earum mutare ſpeciem iniunximus. Aequè verò de balneis præcipientes, vtique quòd aut omnino his ſuperſedendum eſſet, aut ſæpius, quàm antè, vtendum, aut rarius, aut ante cibum tantùm, aut etiam poſt cibum, aut calidioribus, quàm antè, aut magis tepidis, aut frigidioribus: prorſus omnis morbi expertes multis annis reddidimus. At nihil horum facere licuiſſet, ſi neq; naturales corporum differentias compertas habuiſſem, neque debitam cuique ſalubrem victus rationem. Nonnulli verò ex iis, qui de ſanitate tuenda literis produnt, aut etiam ſine ſcriptis de ea præcipiunt, ne ſeipſos quidem defendere à morbis perpetuò potuerunt. Ita quum à cauillantibus, tum alia quædam, tum verò verſus ille obiicitur: ἄλλων ἰατρὸς, αὐτὸς ἕλκεσι βρύων, id eſt, Aliis medens, at ipſe vlceribus ſcatens: alii id

negotiis imputant, alii ob intemperātiam ſe ægrotare fatētur, ſed horum magis improba me iudice defenſio eſt, quàm ipſum quod obiicitur crimē. Qui verò iis quæ in vita incidunt, cauſam tribuunt; ſi quidem diaria febri laborant, ex æſtu, frigoribus, laſsitudine, aliisq; id genus occaſionibus, hos vindicare à culpa decet, ſin alia qualibet, minimè. Quippe nec ipſi omnino ſine febri exegimus, imò ex laſsitudine nōnūquam febricitauimus, nullum aliàs morbum multis iam annis experti. Quinetiam pcuſſus certis corporis partibus, vnde alii phlegmonis bubonibusq; cōtractis, febricitarunt, ipſe nunquā phlegmonem bubonémve ſenſi, nec febri laboraui: nō aliūde certè, quàm ex ſeruandæ ſanitatis arte, tanta cōmoda cōſecutus: quū alioqui nec ſalubrem corporis ſtatū ab ortu ipſo ſim nactus, nec vitā planè liberam ſortitus: ſed in qua tū artis officiis ſeruierim, tum amicis, cognatis, & ciuibus, in pluribus inſeruierim: tū plurimā noctiū partē, nonnunquā ægrotantium ipſorum cauſa, ſemper autē dulcedinis ſtudiorum gratia peruigilauerim: nec tamē vllo ſenſi me corpis morbo tentatū multis iam annis, excepta (vt dixi) diaria quādoq; febri: quæ tamē & rariſsimè, nec niſi ex laſsitudine incidit; quāuis

in-

in puerili ætate,atq; etiã tum in ephebia,
tum adoleſcentia,morbis nec paucis, neq;
iis leuibus premerer. Sed poſt octauũ & vi
geſimũ annũ,quum perſuaſiſſem mihi eſſe
cõſeruandæ ſanitatis rationẽ quandã:pre-
ceptis eius per totã deinceps vitam parui
ita,vt ne minimo morbo pôſt laborarim,
niſi fortè(quæ tamen rarius incidit)diaria
febri:quum alioqui liceat hãc quoq; in to
tum effugere,ſi quis liberam vitam ſit na-
ctus: veluti in ſuperioribus iam oſtendi:
ietq;, ſi quis animũ aduertat, etiã clarius
in his quæ mox dicã. Illud enim affirmare
auſim,ne bubone quidẽ laboraturos eos,
qui præparati ad ſanitatẽ ad vnguẽ ſint,ſi
modò eorum corpus ab vtroq; excremen-
torum genere vacet,& eo quod in quanti-
tate cõſiſtit,& eo quod in qualitate. Atque
ad eos quidem,qui nunc ſanitatis tuendæ
præcepta dicto ſcriptóve profitentur, vel
hæc ſatis arbitror. Prioribus verò, quoſq;
nec ſeipſos extra morbum perpetuò, nec
eos qui ipſis paruiſſent,ſeruaſſe,aut aliorũ
relatu audiuimus,aut ipſos in ſcriptis ſuis
tale quippiã iactare auſos:ne contradicen-
dum quidem cenſeo. Mirandum certè po-
tius arbitror,ſi quis eorum vniuerſam ſani
tatis tuẽdæ artem vno libro complecti eſt
ſollicitus,præſertim non(ſicut Hippocra-

tes)in primis & summis capitibus methodũ indicans,sed sicut nos,omnia ratiõibus firmans:ac prolixitatis quidẽ sermonũ nostrorum causa iam dicta est. Quisquis autẽ honesti,ꝓbiq; studiosus est,ac pro iis quæ optima sunt,diligens:hunc decet non tam artis huius longitudine grauari,quàm magnitudinem eorum quæ promittit,suspicere. Nam qui,quæso,non magna illa mirãdaq; artis opera sunt,si cui nõ ab ipso ortu imbecillum corpus fuit,hũc & ad plurimã perduxisse senectutẽ, & sensibus illæsis ab omni prorsus morbo doloreq; alienũ,atq; integrum perpetuò seruasse? Ego verò etiã nonnullos quibus salubre admodum firmumque natura corpus erat, vidisse mihi videor permultis morbis afflictos, ac postremò immedicabilibus malis in senectute saltẽ oppressos:quos tamẽ fas erat,quod ex naturali habitu fuit,tũ sensibus omnibus illæsos,tũ reliquis corporis partibus sanos ad vltimam vsq; durasse senectutem. Quónã igitur pacto turpe nõ sit, qui optima natura sit prçditus,hũc ob podagrã ab aliis gestari,aut calculo iam cruciatum, & colo,& vlcere in vesica,ex cibis mali succi contracto doloribus contabescere? Quomodo rursus non turpe sit propter articularem morbũ,suis ipsius manibus vti nõ va-

lentem, alienis egere, quibus ori cibos admoueat? †cuiq; sedes infirma est, eo qui in deiectione [subministret?] Satius enim sit, si cui vllum omnino pectus est, sexcenties malle mori, quàm tali vita viuere. Quòd si quis tam impudens simul delicatusque est, vt turpitudinem suam negligat: at dolores quos noctes diesque ex vitiis suis sustinet, non aliter quàm qui à carnificibus torquentur, certè contemnendi non sunt: tametsi certè hæc omnia vel intemperantiæ, vel ignorantiæ, vel vtrique imputent oportet. Verùm intemperantiæ corrigendæ hîc locus non est: ignorationi eorum quæ agenda sunt, hoc opere (vt spero) medebimur, scilicet pro quauis corporum natura, propria sanitatis tuendæ ratione apposita. Initium verò mihi rursus ab optima natura †iustũ erat, ad cuius curationẽ omne cõsilium dirigitur, nõ eò vt corrigatur, sed vt in statu suo est, seruetur. Id quod ipsi hactenus fecimus, qui de ea per singulas ætates præter inclinãtẽ (παρακμαστικὴν Græci vocãt) egimus. Cuius extrema pars seniũ propriè dicitur, ipsum quoq; in suas partes diductũ (vt pòst dicemus) vbi ea pars artis tradetur, quæ de senibus curandis agit, γηροκομικὴν Græci vocant. Verùm nunc saltem pręcipuis eorum, quæ dicta sunt, repe-

† In græco legitur καὶ τῷ τὴν μὴν ἕδραν ἀπονιζοντος ἐν ταῖς ἀποπάτοις. id est & eo qui sedem detergat in alui deiectionibus.

† In veteri legitur nõ δοκνόειν, sed δικαιον.

titis,ad vitiosas corporũ naturas transibimus: ac quemadmodum cuiusq; earũ seruari valetudo posit,trademus. Ergo optimum corpus ad sui custodiam,hęc in qualitate,quantitate,& facultate postulat. In exercitationibus, quæ moderatæ mediocresq́; sunt,quæq́; singulis corporis partibus æquabiliter sint adhibitæ: idq́; omni vitato excessu,aut sicubi in quoquã dictorũ sit erratũ,errore correcto. In edendorũ verò,bibẽdorũq́; natura, similiter in qualitate,quãtitate,& facultate,hic quoq; scopus esto ipsa mediocritas,vt nec plura, nec pauciora capiat, quàm quæ vbi concocta distributaq; in corpus sint,ideq́; bene nutrierint:ac si opus sit gliscẽtibus adhuc,mediocre quippiã adiecerit, nihil relinquet quod vel superuacuũ sit, vel deficiens. Ad eũdẽ modũ in somno,vigiliis, balneis,animi actionibus,& aliis id genus, mediũ omnis excessus seruari debebit. Quòd si in aliquo sit erratũ,corrigẽdus error est.Porrò omnis corrigendi erroris cõmunis esto scopus,cõtrarii excessus vsurpatio: ita vt si pluscculum pridie fatigatum corpus est,demas aliqd de exercitationũ modo: sin minus iustò se exercitauit,vt exercitii modũ augeas. Eodẽ pacto si concitatiore motu est vsus,vt hũc modicè remittas:sin remissio

siore, vt intẽdas. Simili modo si robustior motus præcesſit, vt pro hoc mitiorẽ iniungas: pro leuiore contrà qui valentior sit: & pro languido vehementẽ, & pro vehemẽti contrarium: & vno verbo, vt omnem excessum cõtrario excessu corrigens, in sanitate hominẽ custodias. Vt autem corrigendo nõ erres, primùm corporis affectus ad vnguẽ scire oportet, deinde omnium eorum, quæ priore die facta videris meminisse: nam affectus quidẽ quod delictum sit, docebunt. Recordatio eorum, quæ pridie sunt acta, quantũ tibi à consuetis recedendum sit, insinuat. Atq; in affectibus quidẽ, eiusmodi excessus videas, quod aut gracilius, aut obesius, aut durius, aut mollius, aut siccius, aut humidius, aut rarius, aut dẽsius corpus, quàm antè, apparet: cum eo etiã quod nec naturalẽ coloris gratiam ad vnguẽ seruat. Memoria verò factorum, & quod peccatum est ostendet: & prout corrigetur ex prẽsentium collatione docebit. Nam si gracilius redditum corpus sit, æstimare oportebit, atq; ad memoriam reuocare, plus'ne, quàm par erat, exercitãdo fatigatus homo sit, aut concitatiore motu vsus, aut fricãdo, lauãdóve modũ excesſit. Ab his mox considerare, nimia'ne cogitatione sit vsus, aut nimium vigilauerit, aut

per aluum longè plura iustò deiecerit. Expendi etiã debebit, num domus in qua versatus sit, calidior fuerit, aut an parcius comederit, vel biberit, aut veneri liberius indulserit. Sin obesius visum corpus sit, num frictio [mollior] aut exercitiũ parcius, aut tardius, aut somnus longior, aut vẽter astrictus, aut ciborum copia optimè concoctorum præcesserit. Si verò durius quàm antè corpus apparet: primùm frictionũ meminisse oportet, mox robustarũ exercitationum, an hæ robustæ, & cũ cõcertatore duro† dẽsanteq; præierint, ad hæc, an in puluere eoq; duro, ac frigido, & an citra apotherapiã: dein balnei: an videlicet hoc planè frigidũ fuerit, an nimiũ calens: præterea, domus in qua dormiens vigilánsve versatus est, num frigida: itemq; ciborũ siccitatis, & potiõis penuriæ. Sin mollius quàm prius postridie corpus videatur: primùm quidẽ frictionũ meminisse conueniet, an molles, & cum pinguitudine, & balneis leniter †tepidis sint adhibitæ. Ab his reuocari ad memoriam debebit, an exercitationes tardæ & exiguæ, cum cõcertatore immodicè molli, præcesserint. Dein an potio vberior fuerit, mox an cibos plures, aut natura humidiores acceperit, postremò an multũ dormierit. Proximus molli corpo-

† In græc. codic. impreßis legitur πυκνοῦντος, sed hæc vox in veteri nõ habetur.

† In græc. codic. impreßis legitur ἀραιοτέροις Sed aptius videtur legisse interpres χλιαροτέροις.

s affectui, eſt humidus, hoc differẽs, quòd
ollis ipſorum corporũ propria qualitas
t: humidus qui in eo continentur humo-
um. Diſcernuntur hi tactu: nam humidus
fectus cum madore cutis eſt, mollis ſine
oc: quanquam eſt profectò & molle cor-
us humidũ ſuis ipſius partibus. Cæterùm
ro doctrinæ claritate, hoc molle vocetur,
terum humidum. Ac ſiccus quidem im-
odicè corporis affectus, habitum ſtatim
urum reddit: non tamẽ cum mollitie ne-
eſſariò coniunctus eſt humidus affectus,
oteſt nanq; durata caro eſſe, & tamẽ ma-
or ſudórve è corpore emitti. Atq; in hu-
hecto quidẽ corporis habitu, vel ex intẽ-
eſtiuo veneris vſu, vel alia quapiã ex cau-
, de virium imbecillitate ſuſpicio eſt, vel
orporis raritate, ex immodicè molli fri-
cione, vel nimio balnei vſu, vel aëre do-
nus vbi verſatus eſt, q̃ par erat, calidiore.
Iabẽda præterea eſt & de potione conſi-
eratio, an ea vberior fuit: & de ſomno, an
maior quàm pro naturę ratiõe, & de aëre
mbiẽte, num ſe nõ ſenſim, ſed ſimul totũ
n hũidũ calidũq; mutauit: & de cibis pari
nodo. In teneritudine verò, ſiue mollitu-
ine (vtroq; enim modo cõſuetudo appel-
at) quum vtiq; ſine humiditate fuerit, cõ-
octum probè nutrimẽtum eſſe, & corpus
nut

nutritum,ſed exercitatum diminutius eſſe putandum eſt. Contrà in duritie,aut duriter perfrictum eſſe,aut nimiũ exercitatũ, idq́; cum duro concertatore, & in puluere iudicãdum. Siccitas verò habitus, penuriã potionis,cibíve, aut vigilias, aut vitæ ſolicitudinẽ, aut multam frictionẽ, aut exercitationẽ immodicã indicat. Hæc itaque cõſiderans corrigere errorẽ quotidie poteris,priuſquàm inauctus error curatu difficilior euadat. Semper autẽ memineris exceſſum omnẽ contrario exceſſu eſſe emendandum, quippe omniũ quæ præter naturam incidunt, omne huc conſiliũ curationis dirigitur. Quare ſi huic præcepto,etiã corporũ quibus præficeris dignoſcendorum peritiam adieceris, & ſingulorũ remediorum facultates adiũxeris:vniuerſæ iam artis quæ corpori hominis tuendo dicata eſt, peritus fueris. Cuius ope nõ ſanis modò ſuã valetudinẽ tueberis, ſed etiã iis qui ægrotant,priſtinũ ſtatum reſtitues. Atque optimũ quidẽ corpus cuiuſmodi ſit, dictũ iam eſt. Quod ab huius perfectione defecit, ſcire licet tribus id de cauſis defeciſſe: aut quòd ſtatim in vtero vitioſo ſtatu fuit: aut quòd qualibet de cauſa in non naturalem affectum pòſt conceſsit, aut ætatis ratione. Omnia verò corrigenda per cõtra-

um excessum sunt. Seniũ enim (vt de hoc rimùm agam) frigidũ siccumq́; est: velu- in libro de Temperamẽtis est ostensum. orrigitur id per ea, quę calefaciunt, & hu nectãt. Talia sunt balneum dulcis, & cali- æ aquæ, & vini potio: præterea ex cibis uicunq; humectare & calefacere natura possunt. De exercitatione verò, frictione, omni motu (ab his enim cœpisse est sa- us, nam rectè illud dictum arbitror: Labor cibũ præcedat) hæc scire licet, poëtam x parte verum dixisse:

t lauit, sumpsitq; cibũ, det mẽbra sopori.
Nanque hæc iusta seni.

Non tamen in hoc totum esse positum. Po ulat enim senũ, nõ secus quàm iuuenum orpus dimoueri: quũ insitus alioqui calor xtingui in his periclitetur. Nam corporũ uæ in florente ætate sunt, non desunt quę uietem postulãt: de quibus Hippocrates rodidit. Senum verò nemo quietem ex oto postulat: sed nec exercitium vehe- nens. Ceu enim ventulo quodam exci- ari accendique calor eorum desiderat: ehementiore autem motu deiicitur. Ac nagnæ quidem flammæ, eius quod ita ac- endat, minimè egent, quum satis ipsæ si- bi & ad tutelam sint, & vt materiæ domi- nentur. Ergo †nec à somno manè fricari

†In veteri græ. codi. ita legitur, οὐ δ' ἀνατρίβεσθαι ἄμετρα μετὰ τὸς ὕπνος ἕωθεν οἱ ἀκμάζοντες δέονται. i. neq;

desi-

eos qui ætate floret manè à somno immoderatè fricare opus est.

desiderant omnes qui ægrotant] sicuti senes: quum eiusmodi frictionis, quæ cũ pinguitudine adhibetur duplex scopus sit: nẽpe vt vel lassitudinis affectum sanet prius quàm inauctus febrem accẽdat, vel imbecillam distributionis vim excitet. Nã multos quorum corpori longo tẽpore nihil ex alimento accessit (ἀτροφοῦντας Græci vocãt) eiusmodi frictione adhibita: facilè paucis diebus carne impleuimus. Verũ quod aliis ex affectu certo in tempore incidit, id senibus adest perpetuò, quippe quorum omne corpus frigidum est, nec potens alimẽtum ad se trahere, atque id probè conficere, ex eoque nutriri. Sed frictio quum & vitale robur excitet, & modicè calefaciat, efficit vt & distributio nutrimenti sit facilior, & nutritio promptior. Hac victus ratione & iuuenes nõ pauci, qui ex eo quòd alimentum his distributum in corpus nõ est, emaciati sunt, carnis incrementũ receperunt & senes planè omnes, fructum non paruũ senserunt. Atque hæc quidem vna senibus veluti exercitatio sit manè administrata, nẽpe fricatio cum oleo: post hanc inambulatio gestatioq;, quæ tamen sint intra lassitudinem, & ex senis viribus coniectatæ, quarũ causa de cibis potioneq; nõ pauca prius diximus: nunc de exercitationibus quoq;,

exe

empli causa,quædã ponemus,de quibus c in superioribus didicimus. Quòd acu- exercitatio(sic enim vocant,cuius cele- motus sunt)corpus tenuat,cõtraria,cras m reddit,multa corpus siccat,mediocris esum præstat. Dictum est & de cæteris nibus exercitationum atq; etiã frictio m differentis. Verùm exercitationis for æ,quę senibus vtiles, alienę've sint, tum corporis totius affectu, & cõsuetudine, vitiis ipsis,quę infestãt, intelligẽtur. Ex ius corporis affectu,adhũc modũ: nam timi status corpus,de quo hactenus ser- onẽ fecim⁹,sicut in iuuẽtute ad vehemẽ simos quosq; labores maximè idoneum :ita in senecta se habet ad omnes me- ocres. Quod verò aut crassis cruribus ,aut lato pectore,aut crurib⁹ vltra quàm r est gracilibus,aut quod exiguo est tho e,aut admodũ angusto,aut valgum est rúmve,aut alio quouis pacto à medio- itate recedens:id ad plerasq; exercitatio m ineptũ est. Quippe vitiosæ figurę tho x,in iis quæ per vocem administrantur fenditur : crura verò per inambulatio- m læduntur. Ad eũdem modum de ma- bus,collo,humero, lumbis, coxis, & to- spina mihi dictum intellige. Quic- id enim ex his parum ritè ab initio

con

conditum est, id sanè exercitãdo imbecillum potius, quàm firmũ redditur: nisi si cui moderatos motus imbecillis mẽbris modicas exercitatiões nominare placet, verùm ita de nomine magis, quàm de reliquis fuerit. Senibus verò quæ præcipua ad sanitatẽ exercitia sunt, hæc per valẽtiores corporis partes sunt obeũda: quippe cũ quibus reliquæ simul mouẽtur, exercenturq́;. Quin etiã cõsuetudo maximã vendicat partem, ad exercitationis speciẽ deligẽdam. Nam quę cõsueta sunt, vt minimè lassantia quos exercent, etiam delectant: sicuti è diuerso, quæ insueta sunt, tum displicent, tum verò lassant. Porrò quibus operibus arte opus est, ea ne attingere quidem senes debebũt: non tibia, nõ tuba sonare, nõ cithara, non magis quàm quæ in palæstra gerũtur, qui luctæ sunt ignari. Senes igitur omnes consuetis laboribus sunt exercendi, sed tamen vehementia eorũ remissa. Tertiũ quò dirigit, qui exercitationis formã pręscribit, ab affectione sumitur, omnis quidem ætatis cõmune, non tamen parẽ vbiq; vim obtinens, quum nec parẽ vbiq; noxam neglectũ inferat. Quos enim ex leui causa vertigines (σκοτόματα Græci vocãt) comitiales morbi, grauis ophthalmia, vel auriũ dolores malè habent iis inclinato capite, dorso'

po've, aut humi volutatis exercitari non expedit: imò tum ambulatione sæpè, tum cursu mediocri, tum gestatione in vehiculis citra fatigationẽ vti. Simili modo nec quibus tonsillæ, (quas παρίσθμια Græci vocant) aut vitia, quas antiades appellant, aut anginæ facilè incidunt, nec quibus prōptè in columellã, gingiuas, dentes deniq; partem aliquã ex iis, quæ circa collũ, aut totũ caput habẽtur, fluxiones procũbũt. Quippe nōnulli dimidio capite infestãtur Græci ἡμίκρανα vocãt: aliis tẽdones, quos Græci, τένοντας vocant, ex leui qualibet causa dolent. Quorũ nemo exercitationẽ sustinet, quæ caput impleat: sed sunt his omnibus, quæ per crura gerũtur vtilia: sicut è diuerso qui imbecillis sunt cruribus, his superioribus partibus exercitari est satius, chironomiis, acrochirismis, disci iactu, alterũ su: prætereà his omnibus quæ in palęstra humi exercẽt. At quorũ mediæ crurũ, brachiorũq; partes opportunæ offensionibus sunt, iis quoduis exercitationũ genus idoneum fuerit: modò ne reliquarũ cõsiderationum vlla prohibeat. Quæ tamen circa thoracẽ partes sunt, magis inferiorũ exercitatione iuuantur, quæ circa vesicã, & renes, superiorũ: lienis, vẽtriculus, iecur, intestina, & colon, sicuti in medio superiorum

inferiorumq; sunt,ita se ad exercitationes habent. Frictiones tamẽ partibus infirmis quo tempore laborant,admouere non cõuenit, vbi sanæ sunt, conuenit vel magis quàm aliis & potissimùm siccas:quas & per linteũ,& solis manibus liberaliter adhiberi expedit. Quinetiam qui certa periodo redeunt quibusdam partibus dolores:hi ne fiant,non parua ex eiusmodi frictione cautio est,si medio tẽpore præcipueq; si duas vel tres horas ante accessionẽ adhibita sit: firmantur enim eæ partes,& consuetas fluxiones minus admittunt. Atq; hæc quidem nõ senum modò, sed & qui aliam quamlibet ętatem agunt,omnia sunt communia. Nõ exercitari verò imbecillis partibus, solis senibus suadeo: ex cæteris quãto quisq; remotior à senio fuerit,tãto illi magis exercitanda pars. Quod vtique & quò clariora quæ dicimus sint,exẽplo prosequi non grauabor. Finge corpus aliquod,ex iis,quę adhuc augescũt,gracilibus esse cruribus:huic picari crura conducet,& modicè fricari,& cursu vti potius,quàm alia quauis exercitatione. Porrò pręfici ei quempiam oportet, qui modum in motu præscribat, quò neq; intra quàm expedit exercitetur, neq; adeò vltrà vt lassitudinem sentiat. Id tametsi nõ in exercitationibus modò,verumetiam in

liis omnibus difficile intellectu ſit: nos ertè facile eſſe oſtendimus, in iis ſaltē quę d ſalubrem victus rationē pertinēt. Neq; nim in his præceps occaſio eſt, ſicuti in orbis: imò vbi à tutiſsima in ſingulis mē ura inceperis, & ſimul quod ex ea ſecutum ſt æſtimaueris, licet vel addas aliquid quo idie, vel detrahas, ac, quod omiſſum eſt, orrigas: veluti ſtatim de his quibus graci-a ſunt crura. Ipſe nanq; quū aliquādo tra itum mihi tredecim annorū puerum, to-o augmēti tēpore, ad ea quę prædixi præ-epta curaſſem: reddidi iuuenē cōcinnum gitimiq; modi. Nam primo die illitum rius pice †bis deinceps (vt ſoleo) iuſsi cur-ere,] nec celeriter, nec multū: ſecūdo die ictione quæ in qualitate quidem eſſet du e molliſq; media, in quantitate verò exi-ua, atque hac cum pinguitudine adhibita æmollitū iuſsi paulò plus currere quàm ius, non tamen celerius. Ab ipſo verò cur ea quæ apotherapiæ debetur, frictione m vſus, iuſsi verò quotidie ambulare, d inter initia modicè pòſt verò modum gere. Aeſtimabam quoque in cruribus m alia, tum præcipuè venas, num am-ius increuiſſent, quàm pro crurum bene endorum ratione, quippe id graue eſt, & uod tempore tum fluxiones humorum

† In veteri græ. codi. legitur δὶς ἐφεξῆς vt vertit interpres, ſed in impreſ. legitur δὶ ἐφεξῆς. i. deinceps, ita vt dictionem bis nō includat.

aſciſcit,tum valgos facit,haudquaquã bonum habitum crurum.Ergo non huic modò notæ te eſſe attentum cõuenit, ſed & illud obſeruare,num calidiora iuſtò reddita crura ſint,nũ laſsitudinis quippiã ſentiant. Nam ſi nihil horũ apparuerit: augeri tum ambulationis modũ, tũ curſus oportebit, atque etiam alternis diebus picari.Sin aliquid eorum cernitur: tum & crura nõ pro cõſuetudine deorſum ac prona,ſed cõtrario ſitu,id eſt,ſurſum habita in lecto collocare cõueniet:& copiam omniũ quæ dixi, minuere, minui inãbulare,minus currere iubere, frictione infernè ſurſum vti.Hęc facies,vbi naturalẽ planè habitũ crura receperunt:rurſus ad eum quẽ cœpiſti remediorum vſum redibis,aut exiguis eorũ incrementis vſus,aut etiam eũdem perpetuò modũ ſeruans,adhibebis,& quas rotundas frictiones vocãt(hæ medię ſunt durarũ ac mollium)aliâs à ſuperioribus,aliâs ab inferioribus partibus incipiẽs.Aliquãdo verò & puluere prius inſperſis cruribus,oleũ infundes,mox fricabis.Eſto verò puluis qui appellatur pinguis,ſanè ita appellãt,ĩ quo nec aſperũ quippiã, nec acre ſubeſt.Quippe extenuat potius,quàm carnẽ auget,quiſquis aut pumicoſam aſperitatẽ, aut nitroſam ſalsámve acrimoniã in ſe habet.Si cui

ver

verò crasſiora quidem crura ſunt, brachia verò cubitiq; gracilia: huic omnia quę per manus fiunt exercitia, ſunt petenda: fugiẽda verò quæ cruribus obeuntur, frictiones tamen & picationes ſimili modo fiant, aliaq; quæ de exercitiis crurum iam diximus. Neq; enim parua in ipſis differentia eſt, aliis omnino ad motũ inualidis, etiã ſi ſeptuageſimum ætatis annũ nondũ attigerint, aliis multo his robuſtioribus: qui etiã ſupra octogeſimũ ſunt nati. Ergo qui imbecilliores ſunt, hos geſtatione potius q̃ inãbulatione dimouebis: validiores vtroque genere exercitabis, agesq; ad ſecundã frictionem vtroſq;, nõ tamẽ ſimiliter, ſed ſemper imbecilliorẽ citius. Nam id quoq; ex maximè cõmunibus pręceptis eſto: vbi imbecillæ vires ſunt, crebra exiguaq; frictione vtendũ: vbi validæ, rara, multaque. Sed hæc atq; alia, vt dixiſſe quidem eſt facillimum: ita præeſſe ſenis ſanitati tuẽdæ, ſanè eſt difficillimũ, æquè vt eorũ, qui ex morbo cõualeſcunt. Porrò hãc artis partẽ appellãt iuniores medici, græcè analepticẽ, quaſi refectricẽ dicas: illã, quæ ſenũ ſanitati proſpicit, gerocomicẽ. Vidẽturq; hi ambo affectus non eſſe exacta planè ſanitas, ſed vel morbi, & ſanitatis affectus quidam medii, vel omnino eius ſanitatis non

esse,quæ firma cõstansq; sit,quam καθ᾽ἕξιν appellant,sed eius potius quæ fallax incertaq; sit, quã isti κατὰ σχέσιν nominãt.Ergo siue morbum, siue morbosum quendã affectum,siue medium quiddam sanitatis morbiq;,siue κατὰ σχέσιν sanitatẽ senium appelles:huiusmodi quæstionibus quum nos leuissimi homines petunt,pro nihilo habitis scire licet senilis corporis statũ, quoniam ex leui momento in morbum decidit,simili ratione iis,qui ex morbo cõualescunt,in victu esse curandum. Quare dictu quidem facile est,seni expedire manè oleo vngi ac fricari:cæterùm aptè hæc opere peregisse, omnino difficillimũ est. Nã durior paulò frictio lassitudinem affert:præmollis verò inefficax est, sicut etiã quæ exigua omnino est:aut multa magis per halitũ digerit, quàm ad nutritionem conducit:iam locus ipse vbi corpus senis nudatur: si frigidior est,nõ solùm nihil affert cõmodi,sed etiã densat & refrigerat:sin iustò calidior est, hieme quidẽ vbi rarius corpus effecit,frigori obnoxium reddidit ęstate verò & per halitũ exhaurit, & vires deiicit. Qui enim καθ᾽ἕξιν sani sunt,his ne vehemens quidem causa corpus alterat:Seni verò vel minima causa maximę mutationis occasio est. Similiter igitur se habet in cibi tum qualitate,

rum modo: quippe in quibus senes, si breue quippiã trãsgressi limites sint, nõ leuiter læduntur, quũ iuuenes vel ex maximis erroribus minimum noxæ sentiant. Ergo tutius est imbecillo seni, exiguũ dare ter die: sicut Antiochus medicus solitus est se cibare, iam quidẽ annos natus plus quàm octoginta, ac quotidie ad forũ prográdiẽs in eũ locũ, vbi cõcilium ciuium conuenerat: interim etiã longa via ad ægros inuisendos pergens: Cæterũ domo in forum, quasi trium stadiorũ spatium pedibus cõfecit. Quo etiã modo infirmos si quos propè habebat, inuisit. Longius verò si quò erat eũdũ, partim gestatus in sella, partim vehiculo vehebatur. Erat autẽ ei domi domuncula quædã, quæ hieme calebat camino: æstate citra ignẽ bene attemperatum aërem habebat. In hac manè omnino fricabatur, tam æstate quàm hieme, vtiq; dejecta prius aluo. In foro autẽ loco aliquo circiter horã diei tertiam, vel ad summum quartam, sumpsit panẽ cum Attico melle, plerunque cocto, rarius crudo. Posteà partim cum aliis commẽtans, partim ipse solus aliquid legens, ad sextã vsq; horã perseuerabat. Ab hac tum in publico balneo fricabatur, tum verò exercitabatur, aptis scilicet seni exercitationibus: de quarum

forma paulò pòst agemus. Mox lotus, prã-debat mediocriter: primũ iis sumptis quæ aluũ deiiciunt: post hæc maximè piscibus, vel quos saxatiles vocãt, vel qui in alto mari degũt. Rursus in cœna, à pisciũ esu absti nuit: sed boni succi aliquid, ac quod nõ facilè putresceret, sumpsit: vtiq; aut far cum mulso, aut auem ex iure simplici. Atq; hac quidẽ victus ratione Antiochus in senio vsus, sensibus illæsis, mẽbrisq; omnibus integris ad extremũ durauit. Telephus autẽ grãmaticus prouectiore quàm Antiochus ætate fuit, vt qui centũ ferè annos vixerit. Is verò hieme, bis mense lauabatur, æstate quater, mediis harũ tẽporibus, ter. Quibus verò diebus non lauabatur, his circa tertiam horã vnctus est cũ exigua frictione, mox mel optimum crudũ, alicæ in aqua coctæ permistũ esitabat: eoq; solo cõtentus pro ientaculo fuit. Prandebat septima hora aut paulò citius, primũ oleribus sumptis, deinde piscibus gustatis aut auib⁹: vespere autẽ tantũ panẽ ex vino misto edebat. Sanè vinum sicuti pueris est alienissimum, ita senibus est aptissimũ. Esto autẽ id ex his quæ calidioris naturæ sunt: qualia sunt in Græcia qdẽ Ariusiũ & Lesbiũ, & quod Mysium vocant: non ex ea Mysia quæ ad Istrũ est, sed ex ea quæ Hellespon-

ia dicitur, quæ nimirũ in noſtra eſt Aſia,
ergamo vicina. Ex italicis verò, Falernũ Vina.
: Surrẽtinum: proxima his ſunt in Italia
uidẽ Tiburtinum & Signinũ ambo vete-
:quando nouella nec deductionẽ nutri-
nenti in corpus adiuuant, nec vrinas pro-
mouent: ſed diu in vẽtre fluctuãtia perma
ent. Secũdo ab his loco ſunt Adrianũ &
abinum, & Albanũ, & Gabrianũ, & Tri-
hilinũ: Præterea omnia Aminæa quæ in
talia naſcuntur, & circa Neapolim, & in
uſcia. Cæterũ Myſiũ Surrẽtino ſimileis
ires habet: Falerno verò quod è Tmolitis
ſt optimũ. At ſabino & Adriano, Titaca-
enum & †Ariuſium ſunt ſimilia. Ergo de
is modicæ antiquitatis bibendũ ſenibus
ſt, vtiq; quibus valẽtius caput nõ eſt: qui-
us autẽ eſt, his & Falernum, & Surrenti-
num, & Ariuſiũ, & Leſbiũ, & Myſium, &
Tmolites idonea ſunt. Ergo in omni re-
gione ad prædicta exempla deligere ſibi
quiſq; idoneũ poterit: huc videlicet omni
cõſilio vini pro ſenibus deligendi directo
vt in ſubſtãtia ſit tenuiſsimũ, colore, quod
Hippocrates κιῤῥὸν, id eſt fuluũ, appellare
ſolet: poterat autẽ & ξανθὸν, id eſt flauum
id appellare. Cõmodum verò vinum eſt &
quod ὠχρὸν græcè, id eſt pallidum dicitur,
vtiq; quod medio colore eſt, inter flauum

† *Mẽdosè legitur in græ. codi. impreſsis* ἀριούσιος *pro* ἀρσυνίῳ *id eſt Arſyinum vt eſt in veteri.*

& album. Quippe si flauũ albo miscere libeat: quod ex ambobus cõfit, pallidũ euadet. Etiã aquæ admistum flauũ eiusmodi colorem reddit: verùm pro maiore minoréve aquæ modo, aliâs pallidũ, aliâs veluti quod græcè ὠχρόλευκον, id est ex pallido albicãs, vel quod ὠχρόξανθον, id est ex pallido flauum apparet. Calidissimum ergo ex iam dictis, si colorẽ spectes, flauũ est: minimè verò calidum, albũ: quæ media inter hæc sunt, prout alterutri magis accedunt, ita vim eius exhibẽt. Vnũ igitur illud maximum senibus cõmodum ex vino accedit, quòd omnia eorum mẽbra calefacit: Alterum, quòd per vrinas serum sanguinis expurgat. Itaq; etiã optimũ id senibus est, quòd hæc maximè præstat: porrò id est quod substantia quidem tenue est (quippe vrinas mouet) colore autẽ flauũ: proprius enim is est præcalidorum vinorum color. Itaq; etiã quæ valde ab initio alba sunt, si inueterauerint, flauitiem quandã contrahunt: vnde primũ pallidula, mox verò planè pallida fiunt. Quòd si longissimo tempore seruentur, ex pallido flauẽtia cernuntur: nã vt omnino flaua fiant, quæ alba vina sunt, fieri certè nequit. Quæ verò ex pallidis aut flauis vinis, substãtiæ pinguis sunt, hæc & sanguinẽ augẽt, & corpus nu-

triunt:quò fit vt ea vtilia ſenibus interdũ ſint, vtiq; quo tẽpore,nec ſeroſam humidi tatẽ in venis habent,& ali liberalius deſiderant. Plurimũ tamen qui hac ſunt ætate,iis vinis indigẽt,quæ vrinas cient: propterea quòd aquoſum excrementũ in ipſis abundat. Quæ verò diu in ventre morantur,eorũ ſanè nullũ aptum ſeni eſt. Eius generis ſunt,& Aminæum à Bithynia, & ex Italicis†Murſum & Signinum & Tiburtinum,quoad videlicet ſunt nouella. Verũ hæc omnia alba ſunt, nigra verò reliqua: quorum craſſa, quæ quidẽ aſtringunt,ea longo tempore in vẽtre manẽt,& fluctuationes in eo excitant,veluti quod in Cilicia naſcitur Sybates: & quod in Aſia narum Aegauſien vocãt & Perperimũ. Quæ verò citra aſtrictionẽ nigra craſſaq; ſunt, quod genus ſunt Scybelites & Theræum: ea minus in ventre morantur, vrinas tamen nec ipſa mouent,ſed deorſum properant:itaq; etiam ante cibum illa ſumunt. Cæterũ ea ſenibus vtilia nõ ſunt, nec quũ præbibũtur,nec multò magis alio quouis tẽpore ſumpta,veluti,nec aliud quicquam quod craſſum efficiat ſuccum,quippe obſtruuntur his iecur, lienis, & renes. Vnde fit,vt ſenũ,qui his liberalius vtuntur, alii aqua intercute,alii calculo laborẽt. Si quis

†In veteri græ.cod.legitur μάρσος id eſt Marſum, ſed mendosè in impreſſis μόρσος.

ergo ſenum dulci vino vti à balneo velit, vbi manè comederit, ſicuti Antiochũ ſolere diximus, huic optimũ Phauſtianũ Falernum fuerit, aut ſi eius copia nõ eſt ſimile aliquod. Porrò ſimilia fuerint quæ dulcia ſimul & pallida ſunt, proxima his ſunt Therenũ & Cyrienũ. Non veterẽ etiã nec iis quæ melle cõdiantur, ſenes vti, maximè quibus ſuſpicio eſt calculi in renibus gignẽdi, aut podagræ alicuius, articularíſve morbi impetus futuri. Porrò vinũ huiuſce modi cõpoſitioni aptiſsimũ fuerit Sabinũ, aut ſimile aliquod. Coniicitur autẽ in id petroſelinũ: atq; id ſolũ articularibus ſatiſfaciat. Iis qui calculo laborant, etiã aliquid Betonicę, & Ceſtri, qui in Galliis naſcitur, eſt immiſcendũ: vocãt autẽ herbam eã ſarxiphagon. Qui verò curioſius id medicamentũ cõponunt, etiã ſpicæ nardi aliquid iniiciũt. Sunt verò & alia quædã, quibus vrinas mouendi vis ineſt. Verũ ſimplicẽ potionẽ pleriq; ex vino melleq; conficiunt, adiecto rutæ piperiſq; exiguo. Si verò prius quàm lotus eſt comedit quippiã, nec venter eius vllo auxilio eget: vinũ album, & quod parũ aquæ tolerat, à balneo bibat. At quæ craſſa, dulcia, & nigra vina ſunt, ea omnia propterea quòd obſtruũt viſcera, ſunt fugiẽda. Verùm obſtructio, quæ

e

ex vino incidit,mediocris eſt:quæ verò ex cibis iis naſcitur,qui ſuccũ craſſum,lẽtũq́; creāt: huic nõ facilè ſuccurritur. Quò magis cauẽdũ ſenibus eſt à multo †farris aut *caſei,aut ouorũ,aut cochlearũ, aut bulborũ,aut lentis,aut ſuillæ carnis eſu:multoq́; magis ne anguillarũ,aut oſtrearum, aut deniq; eorũ,quorũ dura caro difficilisq́; cõcoctu eſt,vſum frequentẽ. Ob eandem rationẽ,nec eorũ,quæ teſta integuntur(ὀστρακόδερμα Græci vocant) aut cartilagineorũ,aut thynnorũ,aut deniq; cetarii generis vllũ,vtile his eſt. Sed nec ex carnibus,ceruina,caprináve,aut bubula. At hæ potius nec alii vlli ſunt vtiles. Ouilla verò iuuenibus quidẽ non malus eſt cibus:ſenibus verò,nec ea eſt cõmoda,atq; etiã hac multo minus agnina,quippe quæ humida & muccoſa,glutinoſa,& pituitoſa eſt. Hædina verò ſanè nõ incõmoda ſeni eſt,prætereà aues eæ, quæ extra paludes,ac flumina,ſtagnaq́; degunt. Salita verò omnia meliora recentibus ſunt. Ergo(ſicuti diximus)ante omnia cauendũ ab iis,qui obſtruant,cibis eſt,quòd ſi res cogat aliquando copioſius his vti,protinus ſumẽdũ medicamentũ diacalaminthes eſt,cuius compoſitionẽ ſuprà in quarto poſui. Eius ſi copia non eſt,dia trion pipereon petendum,

ſin

† χόνδρου id eſt alicæ.

* πυρῶν, legitur in græc.codi. impreſſis, id eſt tritici, ſed in veteri legitur τυρῶν, ſicuti legit interpres.

sin ne id quidē ad manū est, piper album tusum, cribratūq; diligenter, ac in pollinē redactū, & cū cibis esse, & potioni inspergere: sed & cæpas esitare tū expediet: quin etiam allium, si huic assueuerit. Antidotus quoq; ex viperis, quam theriacē vocant, non incōmodè senibus detur: potissimùm vbi post obstruentes cibos, ea quæ obstructiones liberēt, ante hanc exhibueris: tum enim efficacissimū ex theriace præsidium expectes. Quòd si ab istiusmodi subducta aluus sit, vtilissimè theriacē postridie dederis. Aequè verò & quam Ambrosiam, & quam Athanasiam vocant, aliaq; id genus medicamēta, quæcunq; ex prædictis aromatis sunt cōposita: seni tamē, qui accuratè sibi prospexerit, nusquā tali medicamēto opus erit. Sed si quando extenuante victus ratione egebit, satis facient quæ alio opere seorsum scripsimus, in quo de extenuante victu disseruimus. Iam illud patére arbitror, panē quoq; his exhibendum, qui nec salem, nec fermentum, nec subactionem, nec iustā coctionem desiderēt: non autem vt istā publicè laudatam similaginem, aut quæ ex ea fiunt, bellaria: quippe omnia talia non solū coctu difficilia, sed etiam mali succi sunt, visceraq; obstruūt. Ac nisi placētis, quæ ex butyro & similagi

ne

ne fiunt, mel affatim esset admistũ, nullus
cibus omnibus hominibus, nedũ senibus,
magis erat aduersus. Cæterũ quid noxiis
salubria misceas, quum liceat melle per se
vti, partim cocto, partim crudo cũ pane?
Cura verò maior habẽda est de panis bo-
nitate quàm mellis: nã mel profectò me-
lius fuerit, quod specie ac viribus Attico
sit simile. Quòd si tale nõ dat', quolibet vta
re, modò ne mali odoris sit, néve cerę qua-
litates apertè pręfer at, néve pręsertim qua
litatẽ quampiã extraneã. Adeò verò panes
id genus, quale modò retuli, vtile quicquã
senis corpori nõ cõferunt, vt etiã sint alie-
nissimi, atq; hoc amplius, quò sint magis
puri. Video autem athletis id genus studio
præparari: verũ his ad ea, quæ moliuntur,
aptum est. Seni, nisi multum admistũ sit sa
lis, nisi multũ fermenti, nisi diligentissi-
mè sit coctum, crassum efficit, ac glutino-
sum succũ, qui nec vlli alii est vtilis copio-
sius in auctus. Ergo & obstructiones in ie-
cinore, liene, & renibus facit, maximè qui
bus in his viscerib⁹ vasorũ exitus angustio
res natura sunt. Nã sicuti in iis venis, quæ
palã oculis subiiciuntur, nõ parua amplitu
dinis diuersitas cernit', tũ alterius hominis
ad alterũ, tũ in vni⁹ cuiuslibet partibus: sic
in iis, quę intus latẽt, se habere putãdũ: hãc
tam

tamen differentiã prius quàm experimēto ſit explorata, internoſcere non eſt. Experientiã intelligo, quã ex eorũ, quæ ſumuntur, ſingulis facere licet: [ita vt ſi quis hæc craſſa ſumere ſit aſſuetus, nec tamē offenditur, latas habere prædictorũ viſcerũ venas ſit putãdus: ſin facilè offenditur, anguſtas.] Nouimus enim ſenem quendã agricolã qui amplius quàm centũ annos ruri vitã egerat, huic plurimũ nutrimēti caprinum lac erat: quod aliâs cum mica panis in eo macerata ſtatim ſumpſit, aliâs mel immiſcuit, aliâs coxit, etiã thymi cacumina vnà cũ pane iniiciens. Hũc quidã imitatus, videlicet tam longæ vitæ cauſam ra-ctus in lacte ſubeſſe, perpetuò lædebatur, quocunq; id modo ſumpſiſſet. Nã primũ illi grauabatur os ventris: mox tendebantur in dextro præcordia. Alius quoque ſimili modo quum lacte vti cœpiſſet, de reliquis nihil eſt queſtus: quippe qui & probè id concoxit: nec acidũ, aut fumidũ ructum ex eo ſenſit, nec flatũ aut grauitatē in præcordiis: ſeptimo tamē †quum ſumpſerat] die, iecur ſe ſentire manifeſtè grauatũ dixit: quippe videri ſibi quiddã in dextris præcordiis ceu lapidē iacére ſic, vt & deorſum traherentur quæ ſuprà eſſent, & tenſio ad iugulũ vſque pertingeret. Conſtat

[Hæc in græc. codi. non habētur, ſed interpres ex veteri verſione ea eſt mutuatus.

† In græc. legitur μετὰ τὴν ἀρχὴν, *id eſt poſtquàm eo vti cœpiſſet.*

stat itaq; huic obstructum iecur fuisse: illi flatu intumuisse. Quinetiam noui, cui ex diuturno lactis vsu calculus in renibus est natus, sicuti aliũ quẽdam, qui omnes dẽtes amisit, læsitq́;, id verò aliis quoque multis cõtigit ex diutino lactis vsu. Alii rursus citra noxã lacte perpetuò sunt vsi: imò etiã cũ maximo fructu, veluti agricola, quem suprà centum annos vixisse diximus. Vbi enim nec qualitas lactis vtẽtis naturę quicquam est aduersa, & viscerũ transitus faciles, propter venarũ amplitudinẽ, sunt: qui ita sunt affecti, ii cõmodis lactis fruuntur, omnis eius incõmodi expertes. Porrò cõmoda lactis iam aliis ante me medicis dicta sunt: nempe vẽtris moderata deiectio, succi bonitas & nutritio: pascuis quoque ipsis animaliũ, quorũ lacte vtendũ est, non parum ad hæc cõferentibus, quanquã sunt qui pascuorũ rationẽ planè pro nihilo habeant, quasi nihil parum've ad lactis bonitatem conferant. Cæterùm haud dubiè videmus animaliũ quorum vsuri lacte sumus, si scammonia, aut †marinarũ lactucarum] quapiam vescantur, in lacte quoque laxandi vires inesse. Ex quo patet, quòd ex vitioso pascuo acre, acutum, & austerum reddetur, naturã videlicet herbarum imitatum. Itaq; etiam qui ante nos medi-

†τιθυμάλων, id est tithymalorũ, & plures sunt species, quas omnes latini lactucas marinas, & herbas lactarias appellant.

ci fuerunt, ipſo rei vſu docti, quædam paſcua vtiq;, quę lacti eſſent inepta, ἀγάλακτα dixerunt, ita enim græcè appellãt, de quibus ipſi quoq; alibi tractauimus. Nunc hactenus ſaltem de his intellexiſſe abũdè eſt, animalium quorum veluti optimi ſucci lacte ſis vſurus, neq; acria, neque acuta, neq; admodum auſtera debere eſſe nutrimẽta. Illud verò, vel me tacente, conſtare arbitror, animal ipſum ex florente ætate eſſe, & corporis habitu planè inculpato debere. Satiusq; fuerit alterũ caprã, alterũ aſinã eſſe, earũq; lacte vicibus vti: quippe aſinæ lac tenue, ſeroſumq; eſt: capræ mediocris ſubſtãtiæ eſt, itaq; hoc nutriet magis, vbi videlicet nutritione eſt opus: illud omnino tutius eſt. Nã & ſiquando ſolũ cum pane ſumitur, tũ citius ſubducitur, tũ minimè eſt flatulentũ: ſed nec in vẽtre cogitur, potiſsimũ ſi prius ſalis aliqd, & mellis immiſeris. Oportet autẽ nõ huius modò, ſed etiam reliquæ omnis auxiliorum materiæ vires ſeorſum prædidiciſſe, qui ipſis rectè ſit vſurus, ne ſæpè nobis de ipſis eadẽ repetere ſit neceſſe. Ac nunc certè mihi videor longius, quàm pro re propoſita, de lacte, vinoq; diſputaſſe. Siquidem præſtitiſſet, commoditate eorum in ſenes explicata, qui iam tum facultates vtriuſque publi-

cas,tum priuatas differētias didicisset,hūc ad materiæ delectum remittere, vtique de vino tantisper præfatos quòd quę calidiora sunt,quæq; vrinas mouent, ea senibus magis conducant. De lacte verò, quòd nō omnibus sit exhibendum, sed iis solis qui id probè cōcoquant,nec vllum ex eo symptoma in dextra præcordiorum parte sentiant.Sed quoniam interim propter multorum ad legendos eos libros, in quibus prolixius de præsidiorum materia differitur,fastidium,longiores esse subinde cogimur:meritò(vt arbitror) nunc quoq; condonabitur nobis tractatiōis modus, si exacta breuitate in vniuersali methodo minimè vtimur.Illud tamen nō ignorandū, fieri non posse,vt tutò quis comprehensis materiis ex eiusmodi solùm doctrina vtatur,qualem modò de lacte,vinoque tradidimus.Imo qui iis optimè vti volet,didicisse hūc prius oportet ꝓpriā de omni materia tractationē,in qua tū publicas materiæ vires æstimauimus,tū priuatas eius differētias vsq; ad vltimas species. Neq; eñ de cęteris omnibus, quę scire opus est ei,q senis sanitatē tutabitur,expedit hoc opere fusè tractare:sed satis est de quibusdā scilicet quæ senibus maximè sunt necessaria, ita determinasse,quēadmodum paulò an-

te de lacte vinoq́; egimus : de quibuſdam etiã breuius, quàm vt de his fecimus: ſicuti rurſus de aliis in totũ nihil dixiſſe, quãquã cui extendere ſermonem cordi eſt, poteſt omniũ quæ in ſenibus abũdare ſolẽt, meminiſſe, atq; ad hunc modũ dicere. Cæterùm ſatius eſt, & de reliquis dicere quæ ſenum pleriſq; incidunt: vt ſunt raucedines, quos βράγχος & †diſtillationes quas κόρυζας Græcè vocãt, & calculus in renibus, & articulares morbi, & podagræ, & aſthmata, aliaq́; id genus. Atq; ad raucedines quidẽ & diſtillationes, victus rationẽ hanc, medicamẽta verò hæc cõparare oportere: ad calculũ verò & reliquorũ ſingula hæc. Atque ad eũ modũ de reliquis diſſerẽs, nõ diligẽs modò videbitur, ſed etiã in ſenũ curandorum ſciẽtia doctus. Verũ ſicuti nec horum quicquã ſcribi in tractatione de ſenũ curatione conuenit, quũ præſertim ex morborum curandorũ methodo, quiſquis in hac ſit exercitatus, ea liceat ſumere : ita rurſus nec quum ſola cõmunia dixeris, ibi deſiſtere, ſed ipſis propoſitis, aliqua mox ex particularibus ſubiicere, quæ maximè propoſitæ diſputationi ſunt accõmoda, ceu ipſi fecimus. Nam quoniã in iis cõmentariis, quos de tẽperamẽtis ſcripſimus, indicatum eſt, ſeniũ indubitatò frigidũ eſſe, nõ tamen

† Grauedines erat vertendũ.

ind

indubitatò ſiccum, vtpote nonnullis id humidum eſſe affirmãtibus: cõuenit ſanè, vt iis quæ de ſenum tẽperamento demonſtrata ſunt, ad hãc artis partem quam de ipſorum ductu nunc inſtituimus, hypotheſeos loco acceptis, ipſarum rerum ſcopũ ab illo ſumamus, ac nonnulla particulariũ tractemus, partim exercẽdi diſcẽtis cauſa, partim ad inuentionem eorũ, quæ conſultò omiſſa ſunt, futura veluti exempla: propterea ꝙ nõ omnes ita ſunt ſolertes, vt ex ſolo vniuerſali pręcepto, ipſi particularia inueniãt, ſed qui ad ea veluti manu ducat, deſiderẽt. Quippe q̃bus exercitata ratiocinatio eſt, vbi ſenis corpus, quantũ ad ipſas partes attinet, frigidum, ſiccumq; eſſe audierint, facilè aũt ſeroſis, & pituitoſis excremẽtis ob virium infirmitatẽ impleri: hæc quidẽ conabũtur emittere: ſolidas autem ipſas calefacere atq; humectare. Verùm qui excremẽtorum copia decepti, indefinitè pronũtiarunt ſenum temperamẽtum eſſe humidum: ii protinus in ipſo primo agẽdorum conſilio fallũtur, dum ſenum corpora ſiccanda putant. Itaq; ex cibis eos potius qui ſiccant exhibent, veluti ex oleribus braſſicam potius quàm maluam, aut blitum, aut lapathum, aut atriplicẽ, aut lactucam. Ex leguminibus, præ ptiſana, lentem, & præ

faba miliũ,& præ zea panicũ. Ex fructibus amygdalas, & terebinthi ſemen, potius quàm cucurbitas, & cucumeres maturos, & pruna,& mora. Iam ex carnibus eas quę ferarũ ſunt potius, quàm cicurũ, & ſalitas potius, quàm recentes. In tota denique victus ratione, quorũ vis humida eſt, hæc fugiunt: quorum ſicca eſt, hæc amplectũtur, quanquam cõtra prorſus res ipſa poſtulat, quum proſint his maximè humectãtes cibi. Verùm quoniam horum etiam frigidi quidam temperamenti ſunt, proindeq; pituitam in ventre illico gignunt, ac primis venis: hinc videlicet noxii ſunt viſi iis qui nec vniuerſum ſenũ temperamentum nouerunt, nec caput victus eorum ordinandi vident. Quippe nec oleũ, nec dulcis aquæ calens balneum, nec vini potio his proſit, ſi humectationis non indigent. Iam quòd moderato motu,& ſomno indigeant, ſatis magna documẽta ſunt, quò victus eorum dirigi conſilium debeat. Quare ſi quando propter pituitam cogimur aliquid ex iis, quæ incidant ac diſſecent petere, reuertẽdum ſine mora ad humectantem victum eſt. Pari modo ſi quando propter obſtructionis ſuſpitionem ad cibos, medicamentáve, quæ obſtructos meatus liberent, conuertimur: † quò minus tamẽ humidi temper

† Mendoſi ſunt hîc Græc. cod. impreſſi, locum ita cenſeo eſſe legendum τότε τὰ θρέψαντα τῶν σιτίων ὑγρᾶς εἶναι κράσεως ὃ χρὴ

peramenti cibi sint nec illo ipso die committendum] multoque magis postero die eidem proposito hærendum, ac far*cum melle exhibendum, acetiq; aliquid ei miscendum: vtique quum ptisanæ ritu præparamus, [aut] ex mulso vinóve Falerno sumere iubẽdum, aut lacte, vt prædixi, vtendum, aut ptisana bene cocta, quæ piperis pollinem accepit. Ita verò & maturi fici præ cæteris autumnalibus fructibus sunt eligendi, hieme verò caricæ. Panis quoque ita, vt dixi, præparatus, aut cum melle, aut cum mulso, aut cum vino aliquo idoneo, veluti enim exempla, claritatis causa, hæc apponimus, vt qui perlegerit ad vniuersalem scopum, quo calor humectatioq; petuntur intentus, iudicare de materia simili modo queat. Quoniam autem tum pituitosum, tum serosum excrementum in senum corporibus colligitur: & vrinas moueri quotidie conuenit, non tamen per pharmaca, sed apio, & melle, & vinis quæ id præstare valeant, & aluum soluere, potissimùm oleo antè cibum absorpto, sed & oleribus, ex oleo, garoque, ante cibum absumptis. Ac quotidie quidem tum per hæc abundè aluus quibusdam soluitur, tum ex ficis, vtique quum hi habentur, & prunis, ac aliis id genus, quæ æstate

πάντα πᾶσιν, ὁ δὲ κατ' ἐκείνην αὐτὴν ἀποστῆναι τὴν ἡμέραν, id est tunc quæ nutriunt cibaria, hũidi esse temperamenti nullo pacto opus est, neque eodem ipso die, id est detrectandum.

*χόνδρον *id est alicam.*

autumnoq; vigent: hieme verò & caricis, & prunis Damascenis, iisq; aut elixis, aut in mulso cui pluſculum inſit mellis, maceratis: eritq; id melius, ſi mel Atticum ſit. Longè autem ad deiiciendam aluum Damascenis Hiſpana præſtant. Quin oliuas ex muria præſumere aliquãdo licet. Aloën verò (quod multos ſenũ, quibus ſiccus vẽter eſt, facere video) haudquaquam ſumi ſuaſerim. Hanc alii in pilulas fingunt cum braſsicæ ſucco, alii tantùm puluerem eius alicui inſpergũt liquori, qui aliis aqua eſt, aliis mulſum, diuites eam quæ cum cinnamomo conficitur, accipiunt. Medicamẽtum id alii hieram dialoës, alii amarã vocant. Habent verò id alii ſiccum, quò potioni inſpergant: alii melle modicè excepťum non coćto. Verùm nullo horum ſenibus eſt opus, niſi maior aliqua neceſsitas vrgeat: quippe ſi iam comprehenſis aluus ſoluitur, & ſi nõ quotidie, ſaltem alternis diebus, nullũ planè medicamẽtorum dari debebit. Quòd ſi biduo aſtrićtus venter, tertio die nõ ſoluitur: ſat eo tempore fuerit, mercurialem herbam, & marinã braſſicam (Græci thalaſſocramben vocant) & cnicum in ptiſana, aliaq; quæ modicè medicamentorum vim obtinẽt, dediſſe. Similiter & therebinthi reſinam: ſumitur autẽ

ea

ea aliquando nucis ponticæ magnitudine, aliquando duarum triúmve. Quippe non modò aluum ſoluere citra noxam poteſt, ſed etiam viſcera omnia, iecur lienem, renes, pulmonemque abſtergere. Porrò his quæ prædiximus, variè vti expediet neque vno tãtùm delecto, id perpetuò exhibere. Cui nanq; aſſuefacta ſpacio ſumentis natura erit, eius vim contemnet. Ergo variare vices tum prædictis oportet, tum verò eo medicamento, quod ex caricis conficitur. Sunto autem hæ pingues, auferaturq́; ipſis ea quæ foris circuit pellis: pari modo & cnico: mox ambo ſimul tundantur. Eſto autem & carica cum cnico pari põdere. Licebit verò hîc quoq; medicamentum experiri, ac prout ſe ad ſumentis naturã habet, aliâs plus, aliâs minus cnici immittere: ſumere verò duarũ triúmve caricarũ magnitudinis modum. Ex ipſa verò (vt dixi) experientia, inueniet ſibiipſi quis talium omnium legitimum modum: quum venter aliis magis, aliis minus medicamentis ſit obediens. Cæterùm nullum eorũ, quæ dicta ſunt, medicamẽtorum, exhiberi admodum copioſè debebit, ſiquidem nonnulli in præſens gaudẽt, ſi copioſius deſederint: verùm quanto magis ſunt vacuati, tanto his venter ſequẽtibus diebus magis

aſtringitur. Quò fit vt ipſe, ſi qui ſunt quibus in diuturnis morbis vēter ſiſtitur (quales potiſsimùm hieme cōtingūt, quibusq́; poſt longam infirmitatem inconualeſcentia ſimilis affectus incidit) iis aluum duco nō acribus per inferiora infuſis, ſed tātùm oleo. Quod etiam ſanis quoq;, vbi venter aſtringitur, ſecurus interdū infundas: quippe quo & ſiccius excrementum madeſcit, & tranſitus efficitur lubricus, & corpus ipſum ſenis emollitur, duris aliâs pellibus ſimiliter rigens. Nō tamen ſunt hæc ſenis, qua ſenex eſt, propria: quippe quum etiam ſint iis qui à longo morbo conualeſcūt, vtilia. Quid igitur propriū eſt ſenis qua ſenex eſt? nēpe quod tēperamento eius cōducit: id enim eſt cuius culpa ſeneſcimus, alius alio tēpore citius, ſeriúsve, prout vel natura ab initio ſumus cōparati, vel ex vitæ exercitio, vel ex victus ratione, vel morbo, vel ſolicitudine, vel alio id genus immoderatius ſiccati. Eſt enim id quod omnes homines propriè ſenectutem appellant, non aliud quàm ſiccum & frigidum corporis temperamētum, annorū multitudinis ratione proueniens. Accidit autē interdum & ex febrili morbo: atq; id etiā ex morbo ſenium appellamus, ſicuti in libro de Maraſmo diximus: quippe quū eiuſmodi af-

fe

ectus, Marasmus quidẽ sit, qui non in animalibus modò, verùm etiam stirpibus visitur. Tradita verò iam est in primo huius operis volumine, proueniẽtis in nobis senectutis necessitas. Ergo tũ ex illo, tum ex iis, quæ de Temperamentis, atq; etiam ex libello, quem de Marasmo scripsimus, instructior quispiam ad eam artis partem, quę de senum ductu agit, reddi poterit. Siquidem omnis affectionis corporalis prouidentia, in duobus consistit: nempe propria eius internoscenda essentia, & materiæ præsidiorum viribus. Vt statim in proposito nũc senio, qui sciẽter pernouit affectum eum, siccitatem quandam cum frigiditate esse, si quidem quæ humectent pariter & calefaciant, præsidiorum materias norit: is idoneus senum medicus fuerit. Quadruplex verò materiæ genus quũ sit, quæ sumuntur, quæ geruntur, quæ educuntur, quæ foris admouentur: vtique ex singulis eligere oportebit, quæ calefacere, humectareque possint. Sed ad horum cuiusque cõmodum vsum, exercitatio quę per exempla fit, maximè est vtilis. Scio ergo aliquando me pueri thoracem, qui ab reliquarum partium symmetria, id est debita conuenientia, nõ parum aberat, eiusmodi remedij genere ad iustã perduxisse mẽsuram,

ram. Cinxi illi lato modicè cinctu omnia quæ ſub thorace ad coxas vſq; ſunt, ita tẽperans, vt tum citra offenſionem hæreret, tum nec laxum quicquã relinqueret, nec etiam premeret. Exercitationes verò iniunxi, & quæ per tota obeuntur brachia, & vociferationes, quas phonaſci ἀναφωνήσεις appellant. In vtriſq; verò cohiberi anhelitum iuſsi. Id fit quum thoracem ipſum vndique valẽter † impuleris, * anhelitum autem ſic compreſſeris, vt quem prius attraxeris ſpiritũ, totũ intus retineas. Itaq; etiã amplius inſpirauerit oportet, qui hoc commodè faciet: quandoquidem quò amplius ſit aëris qui cõprimitur, hoc magis thorax diſtẽtus dilatabitur. Quòd autẽ ipſę quoq; vociferationes tum magnæ faciẽdæ, tum in acumen tendẽdę ſint, id minimè eſt obſcurũ, ſi modò vniuerſas thoracis partes valẽter exercitari in animo eſt. Atq; hęc quidem gliſcentiũ adhuc corporũ, ea quæ natura † malè] cõdita ſunt, ad iuſtã conueniẽtiam, ſymmetriamq́; reſtituent, eadẽ modicè etiam iis, qui perfectam iam magnitudinẽ cõſecuti ſunt, proderunt. Verùm in ſene nihil tale moliendum, vtpote cui feriari infirmas partes, vtilius eſſe diximus: vtilius verò his eſt, & cõſueto opere exercitari, etiam ſi modicè noxium ſit: cõtrà iu-

† θλιβόντων. i. compreſſeris.

* ἐκπνοὴν, id eſt, ex ſpiratione.

† In græ. codic. impreßis legitur καινῶς, pro κακῶς.

uenibus ea mutare quæ nocent, tentãdum est, etiam si à pueris his maximè insueuerint. Possunt enim eorũ vires moderatè factam mutationem sustinere: sperariq; potest in reliquo vitæ tempore fructum aliquem eos ex meliore consuetudine percepturos. At senex, si posset longo tẽpore sensim malam cõsuetudinẽ mutare, propterea quòd quo tempore meliore frueretur, habiturus nõ esset, frustra laborẽ insumeret. non aliter quàm si quis artem discere quampiã octogenarius inciperet. Sicuti verò senum ipsorũ inter se nõ parua differentia est, siue id ex ætate spectes, siue ex corporis affectu: ita & eorũ qui natura siccio-re frigidioreq; sunt, si ad mediocrẽ statum compares, nõ paruum intemperiei discrimen inuenies, tum ipsorum inter se, tũ verò ad senes. Atq; humectare qdẽ hos profectò calefacereq; cõueniet: cæterùm audacius hæc facere in iis, qui per ætatẽ maiori exercitio sunt ferundo, ceu quorũ validæ adhuc vires sunt. Quippe primũ quò omne remediorũ cõsilium dirigitur, eiusmodi intemperies corporis est, nõ senium, aut ætas aliqua. Verùm quoniã affectuum †naturam per coniecturam accipimus, idcirco ætatem quoq; consideramus. Porrò eadem vtilitas, & cõsuetudinis noscendæ est,

† In Græcodi. impressis legitur μέτρον. id est mensurã.

est prætereà extrinsecus incidentium causarum, quas procatarcticas Græcè vocant. Quippe ad certiorem affectum notitiam, talia omnia nobis conducũt: remediorum tamen *insinuatio, ex his nõ præstatur. At empiricis talia totius cõcursus, quam συνδρομὴν vocant, pars esse censetur: quæ syndrome in ipsa curatione est obseruata, haudquaquã † ex iis quæ fieri affectus postulat inuenta. Quo rationabilius Hippocrates de agnoscendo, præsagiendoq; plurima scripsit, vtique in particularibus nos exercens, quod etiam optimi medicorum post eum fecerunt, non ignari, huic nullo negotio inuẽtũ iri remedia, qui eius quod curat corporis ægri, sani've, affectum exactè norit. Siquidem, vt sæpè testati sumus, incipiẽdum ab illo medendi præcepto est. Contraria esse contrariorũ remedia. Vbi verò remediorum materiam compertam habueris, ac simul vires eius intellexeris: malè affecto corpori semper cõtraria optimè se habenti, similia viribus esse adhibẽda. Quinetiam intemperies ipsas quæcunque adhuc intra sanitatis fines subsistũt, si corrigere studebis, contraria quodammodo victus ratione curabis, quod tamen per multum fit otium. Nam si in negotio sint, similibus vteris, potissimùm quũ ita fuerint

*ἐνδεικτικῶς. i. ex indicatione.

† ἐνδείξεως. id est indicatio.

int corpora aſſueta.Porrò accidit alterũ
norum plerunque magis ceu naturis ipſis,
ea quæ ſibi ſunt accommoda,ſua ſpõte ci-
traque doctorem eligẽtibus. Atque hacte-
nus malè affecto corpori cõtraria exhibe-
bimus,quo ad priſtinum ſtatum cõſecutũ
ſit.Cæterùm ea victus ratio quæ intempe-
ries corrigit, longius plerunque procedit,
propterea quòd ſimilibus maiore ex parte
morbis tentamur:qui calidiore natura eſt,
calidos morbos facilè incurrẽte:qui frigi-
diore,frigidos,& reliquis pro ratione.Faci
lius itaq; quicquid intẽperatũ eſt, ad pro-
priam naturã redit,quàm ad optimũ tem-
peramentũ venit.Quippe id quum in me-
dio omnis intemperãtiæ ſit,quiſquis con-
ueniẽte naturæ ſuæ morbo laborat, ab eo
longius abeſt: qui diſsimili, minus.Ergo
nec aſſuetudines ipſæ tametſi paruæ ſunt,
diſplicẽtibus adhuc ſibi corporibus mutã-
dæ ſunt.Quin nec per ſummã ſanitatem
ſemper id tẽtandum, ſed tum,quum is,cui
mutãdæ ſunt,à ciuilibus negotiis maximè
vacat.Hæc itaq; communia omnium tem
peramentorum præcepta particulatim va
riantur,prout intẽperantia quęuis ab optĩ
mo tẽperamento receſsit.Nec mirum ſa-
nè eſt ſi intẽperatæ naturæ,quæ in medio
exactæ ſanitatis,& morbi ſenſibilis conſi-
ſtunt,

ſtunt, etiã ad ordinãdi victus modum ſint ancipites. Sed nec illud mirandũ ab iiſdem adiuuari, lædiq; homines videri. Nam cõtrà, ſi omnes inter ſe ſimilẽ corporis ſtatũ obtinerent, vtiq; mirandum tum eſſet aliquos iuuari, lædiq; ab iiſdẽ. Sed quoniam cõtrarii inter ſe multorũ hominũ corporis ſtatus ſunt: ratione nõ caret, quòd ex contrariis etiã vtilitatẽ percipiãt. Quo magis de medicis omnibus mirari cuipiam licet, quicũq; nullo prius naturarũ facto diſcrimine, de ſanitate tuenda ſcribere ſunt aggreſsi. Sicuti enim fieri nõ poteſt, vt vnum calopodiũ ad omnes homines ſutor accõmodet: ita nec medicus vnam omnibus vitæ ſpeciem, quæ conducat. Hac igitur de cauſa quidam ſaluberrimũ eſſe affirmant, abundè quotidie exercitari: quidam nihil obſtare quò minus in quiete prorſus degatur. Et ſunt quibus lauari maximè ſalutare videtur, aliis minimè. Quinetiam de vini, aquæq; potione, itemq; de aliis ad eũdem modum, non iis modò quæ ad ſalubrem victus rationem pertinent, ſed etiam morborum remediis, pugnantiſsima inter ſe ſcribunt: adeò vt vel vnum quippiam quod omnibus his inter ipſos conueniat, rarum inuentu ſit. Cæterùm vſus ipſe docet, tum ab iiſdem ipſis aliquos lædi, iuuariq;,
tu-

tum à contrariis pari modo. Equidẽ quosdam noui, qui si triduo se ab èxercitatione abstinuerant, protinus ægrotabant: alios in perpetua quiete degentes, tamen secundam valetudinem tueri. Atq; horum ipsorum alios minimè lauare: alios, nisi lauissent, illico febricitare, sicut Premigenes Mitylenęus. Atque quòd hæc quidem ita fieri cernantur, etiam ii qui solo vsu artem colligunt, nouere. Nemo tamen eorum ita in morbis notas prodidit, vt quibus quis intentus, quam quisque victus rationem postulet, inuenire posset. Quippe in paucissimis inuenias exactè traditas, quas empirici syndromas, id est cõcursus, vocant: quemadmodũ in peripneumonia, & laterum compũctione: sed pleriq; morborum coniecturalem habent dignotionem, vt qui non ex certorum incidentium collectu noscantur, sed hominem desiderent, qui omnino corporis affectum calleat, quiq; omnia quæ eiusmodi affectui consonent, inuenire singulatim queat. Quippe quod propositum est, nos ipsa ratione ducti adhuc iuuenes inuenimus: vnde etiam manifestum est vsum quãtúmvis longum sine ratione talia inuenire nõ posse. Nam de Premigene quum audirem, nisi lauaret, omnino febricitare: collegi ra

tione, eum fumida excreměta gignere quę transpiratu emitti postularent, cæterũ quũ densior cutis esset, quàm vt ea transmitti omnia sineret, collecta sub cute calorem excitare. Itaque etiam balneum eiusmodi 5
naturis vtilissimum esse, non ob id modò quòd fumidum euocet, sed etiam quòd humectet, idque dulci humore. Ergo placuit explicata quoq; manu Premigenis thoraci iniecta, cuiusmodi esset caloris quali- 1
tas, explorare. Vt verò acrem mordacemq; comperi, nõ dissimilem calori eorum qui cępas ampliter comedissent: multò adhuc magis euentus causam probè coniectasse mihi persuadens, percõtabar ecquid sudo- I
ris illi citra balneum incideret negantéq; id: iam firmiorem habere me affectus eius notitiam mihi persuasi. Quinetiam alios quosdã vidimus, quibus mordax calor erat similiter vt huic: non tamen hi vna balnei intermissiõe febricitabãt: propterea quòd per sudores excrementa his vacuabantur. Premigeni præter naturalẽ habitũ, etiam victus ratio, vel semel intermisso balneo febricitandi occasio erat. Nam plurimùm domi versabatur, ibiq; scribens, vel legens perseuerabat: propterea quòd Peripateticæ disciplinæ incumbebat, in qua nemini suæ ętatis erat secũdus. Scimus & iis qui mi

minimè natura tale excrementũ aceruant,
nstantem laborum diligentiam,curamq;
gignendi eius causam esse.Itaque eitam al
eri cuidam,cui æquè atque illi mordax ca
or erat,tametsi balneum vno die intermit
eret,contigit non febrire:propterea quòd
ec studiis deditus erat & negotia sua per
rbem inambulãs obibat,emens, vendés-
ue multa,etiam pugnans subindè:in qui-
us sudare coactus est.Ideoq; etiã alterum
uẽdam ex iis qui æstate quotannis acuto,
iliosoq; morbo laborãt,multos iã annos
eruaui,exercitari vetans. Nam quũ calido
iccoq; tẽperamento esset,sicuti Premige-
es,etiam exercitatione vtebatur præcele-
i, tum verò sole ac puluere.Contigit er-
o ei & calorem immodicè augeri,& cutẽ
ensari,atq; ad transpiratum ineptam red
i:quæ ambo vbi cõcurrerunt,nimirũ cor
us cui acciderunt,paratum ad febrem red
unt.Ergo quod in medendi arte semper
surpare soleo,id nũc dicã. Facillimè qui-
lẽ quod quæritur ratiocinatio inuenit,fi-
lem verò eius experientia cõprob... Quã-
uam illud multò maximè mirandum est,
ũ Hippocrates moneat,calidis naturis vti
ius esse in otio agere, quàm exercitari:
non paucos tamen medicos esse qui ne no
rũt quidem cuiusmodi tales homines sint,

ſed iuxtà omnibus exercitationes iniungãt: è diuerſo nonnullos eſſe,quibus nihil ad ſanitatẽ cõducere exercitationem placeat. Sed & tertiũ ab his genus eſſe, qui aſſuetis exercitari,id permittãt,non aſſuetis interdicant. Quorũ nemo planè nõ errat: minimè tamẽ ii qui tertio loco dicti ſunt. Quippe qui cuilibet rei inſueſcunt,magna ex parte naturæ ſuæ conuenientẽ conſuetudinẽ deligunt,propterea quòd ab iis quę non cõueniãt ſubinde læſi, ipſa repudiãt. Aliqui tamen vel dulcedine victi, vel præ nimia dementia ſe lædi non ſentientes, in malis cõſuetudinibus perſiſtunt:verùm hi pauci,plures qui nõ perſiſtunt. Quo magis rationabile eſt,minus errare medicos eos, qui omnem conſuetudinẽ ſeruandam cenſent:qui verò nihil ad ſanitatem intereſſe putant exercitatus quis cibũ ſumat, an cõtrà:item qui omnes exercitãdos putãt,hos peius cõſulere,quàm qui prędicti ſunt. Horum verò ipſorum,ſi inter ſe comparẽtur, minus incommodi ſunt qui ante cibũ perpetuò exercitandum eſſe putant, quod & Hippocratem pręcipere aliqui ſunt rati,labores enim cibos pręcedere in aphoriſmis legi,nõ videntes hoc loco, de ordine eum locutũ exercitationis & cibi, nequaquam illud affirmare,quòd omnibus hominibus

hæ

æc ambo cōducant:imò quibus exercita-
 expedit,pręcedere exercitiũ cibos debe-
.Quòd autem non omnibus prosit,& in
oro de vulgò grassantibus morbis apertè
ostatus est, vbi calidas naturas quiescere
nset,& in aphorismis rectius sub vniuer-
ali præcepto,vbi contrariorum contraria
se remedia proponit. Porrò fieri potest,
 pugnare aliquando videantur huiusce-
odi præcepta, nō deficiētibus qui omnē
otum ipsi moto corpori conuenientem,
ercitationem nominent : aliis tantum
m qui vehementior sit : ita vt priore si-
ificato omnes homines exercitationem
siderare neminem lateat : secundo verò
gnificato non ita se habere.Eorũ nanque
i in carcere sanitatem suam tuentur,pa-
m aptè mihi mentionem facere quidam
dentur:quippe qui spatio prorsus pereũt,
omnino tum vngi, tum lauari prohiben
r. Quòd verò ad paucos dies insalubri
ctus rationi resistunt, nihil sanè miri. Si
itur exercitationis vocabulo omnis ve-
t motus, & qui inambulauit,& qui per-
ctus, & qui lotus est, exercitatus dice-
r, dummodo conueniente modo præ-
nti corporis statui sit motus:quòd si quis
iã ab iis sit prohibitus, omnino ægrota-
t. Qui enim ab iis in carcere prohiben-

tur,eos nunc nõ modò ægrotare, ſed etiã mori videmus,ſi diu ſint incluſi.Sin vehe-mẽtiores tantũ motus exercitationes vocentur,eo pacto verum ſit, non egere omnes homines exercitatione.Statim enim Premigenes ille nullũ requirebat violentum motum:ſed nec in porticu,quæ eſt ante balneũ,exiguam ante lauandũ inambulationem,imò vnctũ eſſe ex oleo, & à balneo aquam deterſiſſe, ſatis magni motus ſunt talis temperamenti homini. Hic verò & ante cœnã ambulabat, & cum amicis diſputabat,ſimiliter manè quoq; domi. Nuſquam igitur ex ipſa in totum deſidia,adiutus quiſquam eſt. Sed quũ quietẽ agere calidis naturis Hippocrates ſuadet, vehementi motione vti vetat. Porrò ipſe multos qui propter eos motus,quos per totam æſtatẽ exercebãt,in principio autũni quotannis ægrotabant,ipſis vetitis, ſanos reddidi:quemadmodum rurſus alios à vehementi exercitatione prohibui, alios à quiete ad cõſueta opera traducens,quum ſæpè antè ægrotaſſent,in ſanitate ſeruaui: Porrò,hi frigidiores ſunt, iis qui temperati & mediocres ſunt, & affectu planè contrario, iis qui calidiores ſiccioreſque ſunt. Diximus autem temperamentorum notas non ſolũ in libro de temperamen-

ris,ſed etiam in libro de arte medica: is enim vni ex libris noſtris eſt titulus. Mirãdũ verò de iis medicis eſt,qui ne ea quidem,quæ ſenſui euidẽter apparent,agnoſcunt. Quis enim latiſsimũ eſſe hominum diſcrimẽ nũc nõ videt,adeò vt eadẽ exercitia iidemq; cibi,alios bene, alios malè habeant,nõ ſecus quàm in morbis? Quare ſicuti quòd non omnes eadẽ requirant, eos ſcire decuerat,ceu manifeſtè apparens:ita quum cõmentarios ſcriberẽt,determinare ac docere quæ quibus vel cõducerent, vel officerẽt,par erat. Quid igitur cauſæ fuit, cur eiuſmodi determinationes,tametſi ab Hippocrate proditas,omiſerunt? Nempe quid aliud quàm perdita ambitio? dum dogmatũ principes nominari,atq; inde gloriam cõſequi inter homines ſtudebãt? Cuius cauſa illi nõ ea quidem,quæ manifeſtè apparẽt,ſed opiniones quas ipſi vltrò proponebant,ſequi voluerũt. Poſteri verò qui in hos inciderũt,perſuaſi pleriq; ſunt,propterea quòd nec quicquam didiciſſent melius,& ſimul rudes imperitique demonſtratiuæ ſcientię omnino eſſent. Qui nãq; hanc ſequetur facilè tum vera dogmata à falſis diſcernet: tum quæ certis determinationibus ſcripta ſunt,ab iis quæ non ita. Idem nimirũ inſcitiam eorum omnium

damnabit, qui citra determinationem de diſsidentibus aliquid ſcripſerũt. Quo magis, quæ'nam eſſe determinationes debeãt altius repetentem, ſed breuibus diligenter audies. Quibus mordax calor à natura eſt; adeò vt fumida gignat excrementa, iis balneũ ſalubre eſt, tum motus, qui & exiguus, & lentus ſit, multus autẽ & celer aduerſiſsimus eſt. Itaq; iſtis non ſemel modò, verũ etiam bis die lauari cõducet, potiſsimum ęſtate. Eſſe quoq; boni ſucci nutrimentum, in quo nihil inſit acre. In ſole autem verſari, & iraſci, & multum cogitare, his inimica ſunt. Qui diuerſæ ab his naturæ ſunt (hi autem ſunt, qui frigido & humido temperamento ſunt) valentiores motus deſiderant, ac victũ in quo ſuperet quod tenuem ſuccum faciat, is cuiuſmodi ſit diximus ſingulari libro. Hi verò nec ſi in ſole exercites, læduntur: nec etiam ſi balneo abſtineant. Ac maxima quidẽ eſt dictarum inter ſe naturarũ differẽtia: aduerſiſsimum enim eſt humidũ, & frigidũ temperamentũ ei, quod calidum eſt, & ſiccum: maxima rurſus eſt, & calidi ad frigidum, & humidi ad ſiccũ. Porrò frigidum & ſiccum ſenũ temperamẽto quàm ſimillimum eſt: itaq; etiam celeriter ſeneſcunt eiuſmodi corpora; dictumq; de hoc tẽpe-

ram

ramento suprà abundè est. Humidum verò, & calidum, fluxionum vitiis obnoxiũ est. Cæterùm quod omnibus intemperatis naturis cõmune præceptum est, id expedit in hac quoq; seruari. Est autem id, vt eas corrigas quidem cõtrariis, sed dum planè in otio sunt: serues autem similibus, quum per negotia sibi vacare non possunt. De exercitationibus huiusmodi corporũ ita statuendum est: plus quidem his laborandum esse, propter corporis humiditatem: præceleri motu non vtendum propter calorem. Porrò attendendum diligenter est, quum ex segniore vitæ ratione ad exercitationes se transferunt. Illico enim fluxionum tentantur morbis, nisi prius sint vacuati, quàm exercitationes adeant. Quicquid enim in corpore concretum, & crassum in humoribus fuerit, aut etiam modicè frigidum: id statim in spiritum vertitur ac funditur. Itaq; etiam vere tales naturæ maximè iis morbis patent, qui ex plenitudine oriuntur: quales sunt synanchæ, cynanchæ, destillationes, quos catarrhos vocant, hæmorrhoides, sanguinis profluuia, articulares morbi, ophthalmiæ, peripneumoniæ, laterum compunctiones, reliqui deniq; omnes quorum genus est phlegmone. Quare etiam occupare per veris initiũ

ſanguinis detractione oportet, aut per inciſam venam, aut ſcarificandis malleolis. Quòd ſi ita inanire recuſent, purgandi medicamento ſunt non ſimplicis facultatis, ſed quod trahere flauam bilem, & pituitam, & feroſa excrementa poſsit. Quæ verò de exercitationum ratione diximus, eadem & de balneo dicta eſſe putandum. Quippe quod ipſum quoque non tutum eſt, niſi prius inanitum corpus ſit: inanito verò vtile eſt: potiſsimùm cuius lauacri aqua potabilis non eſt, ſed in qua vis aliqua per halitum digerendi ſubeſt. Vinum autem frigidis ſiccisque naturis vtiliſsimum eſſe prius dictum eſt. An verò calidis omnibus idoneum non ſit, ſed vtilior his aquæ potio ſit, ſicut in libro de popularibus morbis, ſiue epidemion legimus, nunc æſtimandum. Fortaſsis enim abſurdum omnino cuipiam videbitur, iuuenē qui athleticus, vel militaris ſit, aut etiam foſſor, meſſor've, aut arator, vel deniq; qui robuſtū aliquod opus exercet, aquæ tantùm potione vti: atq; in hoc falli Hippocratē, cum calida temperamēta aquæ potionē poſcere, abſolutè pronuntiet. Mihi verò Hippocrates non abſolutè id, ſed de naturis ſummè calidis, quæ vtiq; propter intemperiē tales ſint, dixiſſe videtur: non quòd

quòd plurimum habeant naturalis calo-
ris, quem ipſe augeri in athletarum exer-
citio confirmat. At qui ex intemperie ca-
lidus eſt: is neq; athleta, neque miles bo-
nus, ſed neq; foſſor, meſſor, arator've aut
denique ruſtica, vrbana've opera, fortis
vnquam euadet: quippe valentium homi-
num ea ſunt munera. Porrò tales nunquã
fuerint niſi mediocri ſint temperatura:
atqui ſi media temperie ſint, vtique pluri-
mus iis fuerit naturalis calor, ac tali quidẽ
naturæ mediocre profectò dãdum eſt vi-
num, ſicuti ipſa quoque mediocris eſt. At-
que hactenus ſaltem mediocre, quòd ipſa
mediocris eſt temperamenti: quando hãc
quoque neceſſe eſt non ſolùm in ſenectu-
te, ſed etiam in remiſsionis tẽpore, media
temperatura frigidiorẽ euadere. Si cui er-
go vt in intemperie, quæ intra ſanitatem
conſiſtit: calidiſsimũ temperamentum ſit:
huic omnino vinum circũcidiſſe prodeſt.
Sed quum triplex genere ſit calidi tẽpera-
menti differentia, vna in qua reliqua con-
trarietas (nempe quæ in humido ſiccoq́;
conſiſtit) mediam temperiem ſeruat: alte-
ra in qua ſiccitas ſubſultat, & tertia in
qua vnà cum calido etiam humidum re-
dundat: vtique in qua altera contrarietas
medium temperamẽtum tenet, nunquam
fue

fuerit vltimè calor immodicus: quandoquidẽ huic ſiccitas ſtatim ſuperuenit: iſta verò non ponitur à nobis ſicca. At in qua ſiccitas calori eſt adiuncta, in hac incidere aliquãdo plurimus, vt in intemperie quæ cum ſanitate conſiſtit, præter naturam calor poteſt, idq́; longo tempore: plurimam verò breui ſpatio, etiam quæ cum humiditate coniuncta eſt immoderatã caliditatẽ, vt in ſanitatis intemperie, fieri licet. At ei quidem quam primo loco diximus differentiæ, tantũ diluti vini, quod ὑδατώδες vocant, exhiberi ſinemus, quantum à ſumma intemperie ipſa receſsit: reliquarum autẽ neutri, præſertim quum ſumma ſit, quemadmodum eſt oſtenſum. Quæ enim tales intemperies non ſunt, iis dandum vinũ eſt: ſed exiguum, & dilutũ (tale porrò eſt quod colore quidem eſt album, ſubſtantia tenue) ſicut è diuerſo frigidis intemperantiis calidiora vina præbemus. At quod calidiſsimum quidẽ vinum eſt, id frigidiſsimis intemperantiis eſt vtile, reliquis verò quod portione reſpondet. Neq; enim eius tantũ meminiſſe oportet, quòd contraria contrariorum ſint remedia, ſed etiam quãtitatis rationem in ſingulis cõtrariis habere. Ergo ſicuti de medicamentis oſtendimus non ſolũ æſtimandum eſſe

calidum'ne an frigidum quicquam ſit, ſed etiam quoti in his ordinis ſit: ita & de vinis eſt agendum, non ſolũ dilutum aut calidum deligentibus nobis, ſed quod vt ad intemperantiæ ſpeciem, calore, frigoréve ſuo conuenienter occurrit ac reſpondet. Hæc verò dicta mihi de iis ſunt, qui mediam ſenectutis ætatem agunt, vtiq; nec ignoranti primam eius partem eſſe, quæ ὠμογερόντων, id eſt eorum qui cruda viridiq; adhuc ſenecta ſunt, dicitur: propterea quòd adhuc obire ciuilia negotia poſſunt: ſecundam autem cui aptè nomen ipſum inditur, eò quòd ipſa ſit de qua dicitur:

Vt lauit, ſumpſitq; cibum, det membra ſopori.

Quod tamen in tertiam non conuenit: in qua Telephum grammaticum bis ter've mẽſe lauari dixi: propter enim virium infirmitatem, aſsiduum hi balnei vſum non ſuſtinent. Accedit quòd per habitus frigiditatem, mordacia hi excrementa non pariunt. Nominant eum, qui ad hãc partem peruenit græcè πέμπελον: ſicuti aiunt qui vocabulorum etymologiis gaudent, ab eo quod eſt πέμπεσθαι εἰς τὼ ἅδου, id eſt mittendo in pompam quæ ducit ad Manes.



CLAVDII GALENI DE SANITATE TVENDA LIBER SEXTVS, THOMA LINACRO ANGLO INTERPRETE.

Quæ in sexto libro de tuenda sanitate continentur.

Quòd corporum, quæ prauam sortita sunt constitutionem, alia æqualiter, alia inæqualiter sunt affecta, & quòd inæquales cōstitutiones longè deteriores sunt æqualibus.

Præcepta quædam ad sanitatem tuendam, ei, qui conuenienti tempore non potest corporis saluti prospicere. 1

Quo pacto quis eis poßit prospicere qui praua sunt corporis constitutione.

Quo pacto hi poßint diu sani seruari, qui quum otio seipsos cōmodè curãdi non careant, æquali omnium corporis partium intemperie laborãt. 2



LIVD huius de sanitate tuenda speculationis argumentum hoc libro inchoaturus, repetenda censeo eorum quæ hactenus tra

ractata sunt capita,quæ vtiq; dicẽdis sunt
ecessaria. Igitur primũ diximus quid sit 1
anitas:secũdo loco generalis eius descri- 2
tio posita est:tertio queãdmodũ seruari 3
a possit,est proditũ. Ad hęc illud adiectũ, 4
nimaliũ corpora ꝑpetuò mutari: indeq;
deò necesse est sanitatẽ eorum quæ aliàs
orrũpi periclitetur,nostræ procurationis
ndigere antequam tã notabilis mutatio
at,vnde iã manifestè ęgrotẽt,procuratio
ẽ verò nõ aliunde cõstare,q̃ ex cibo po-
ioneq;,quibus quod de substãtia corporis
ecidit,reficiatur. Altera incurabilis esse
emonstrata mutatio est,scilicet quæ pro
tatis ratione accedit:proptereà quòd cu-
usq; animalis corpus à prima genitura ad
xitum vsq;,toto interueniẽte tẽpore sic-
escat. Cæterũ qui salubrẽ viuẽdi rationẽ
gnorãt,credibile est hoc citius, quàm pro
aturę ratiõe interire. Quoniã autẽ(vt di
imus)necesse est omne genitũ animal nu
riri:substãtia verò ciborũ vniuersa, in nu
rimẽtũ nõ abit,ac proinde vitiosum quid
lã ex supuacuo ei⁹ relinquitur, quod pro-
riè excremẽtũ vocãt,præparatæ à natura
uędã corporis partes sunt,quę id secernãt
tq; emittãt. Plurima verò quum sit in na-
uris corporum differẽtia,rationabile est
uã esse cuiq; sanitatis tuẽdæ prouidẽtiã.

Primum igitur eo homine qui optimo ſit ſtatu,pro materia tractationis propoſito: quemadmodū hunc quiſpiam in ſanitate cuſtodiat,tradere ſtuduimus.Quum autē variæ occaſiones ſint,quibus ſecūda valetudo variè conuellitur:eū,qui optimo corporis ſit ſtatu†vni ſibi vacātē]ac ab omni ciuili negotio liberum in ſanitate ſeruare propoſuimus.Atq; hunc quidem quum in primis quinq; libris,quemadmodum quis à prima ineunte ætate,ad vltimā vſq; ſenectutē in ſanitate cuſtodiat,docuerimus: nūc ad eos veniemus,quibus per negotiorum qualitates,eſſe, bibere,atq; exercitari debito tempore non licet:præterea ad eos qui ſtatim ab ortu valetudinariū corporis ſtatum ſunt ſortiti.Sanè breuior erit de his ſermo,quàm prior:quāuis ſuapte natura longior ſit, propterea quòd plurimarū materiarū vires,quibus ad ſecūdæ valetudinis tutelam vtimur, prædictæ iam ſunt. Nā quū frictione,balneo, exercitatione. cibo,potione,†fomēto calido frigidoq;,] veneris tum vſu,tum abſtinētia , & ſi quid aliud eiuſmodi eſt , mutationes fieri corporis cernamus:vtiq; horum omniū vires (vt dixi)prius ſunt proditæ.Vitioſi autem corporū ſtatus , genere duplices ſunt:quū elemētares,& primas corporis particulas, qu

† Mendosè legitur in Græc. cod. impreßis ἑαυτῷ φυλάττειν, pro ἑαυτῷ σχολάζειν, vt legitur in veteri.

† In græc. est θάλψεών τε καὶ ψύξεων id est calefactionibus, & frigefactionibus.

quas Aristoteles ὁμοιομερῆ, id est similares vocat, alii æquabiliter, alii inæquabiliter attẽperatas habeant. Dico autẽ æquabiliter temperari, quum ad aliquam intemperiem versæ æquabiliter corporis particulę omnes, aut frigidiores iustò, aut calidiores sunt redditę, aut sicciores, aut humidiores, aut per coniugationem quædã calidiores simul, & sicciores: quædam humidiores, pariter & frigidiores, & quædã humidiores, & calidiores: quædã sicciores, & frigidiores. Quinetiam in instrumẽtalium partiũ compositione, quædam æquabiliter, quædã inæquabiliter sunt cõditæ. Ac primùm quidem dicam hîc quoq;, qui status corporum sunt maximè valetudinarii, sicuti & prius [qui maximè sanus esset] ostẽdi. Verùm is vnicus erat, etenim in omniũ rerũ genere, quod optimum est, id vnum est: vitiosa verò plurima sunt. Duplex tamen est eorũ secundũ genus discrimẽ, ceu vt paulò antè dixi: aliis simili intẽperie omnes partes habentibus, aliis dissimili. Atque eorum quidem quæ similem intemperantiã habent, ea pessima esse cõstat, quæ has validas habẽt, ac potissimùm frigidas simul, & siccas. At quibus inæqualiter se habent corporis partes, horum numerare quidem varietates facilè nõ est. Cæterùm illa quo-

que duplici genere speciéve, siue quouis alio modo nominare velis, variare licet. Nam maximè quidem ea morbis patent, quorũ principes maximè partes contrariis tẽperamẽtis sunt affectæ: minus obnoxia valetudini sunt, quibus † diuersæ à principibus partes ita se habent. Equidem aliquos iam vidi, quibus vẽter frigidus erat, caput calidum: sicut cõtrà, quibus caput frigidũ erat, venter calidus. Vidimus autem & ex accidenti, nõ primùm, nec propria temperamenti ratione assiduè afflictum bili ventrem, qui alioqui non erat natura calidus: æquè verò, & refrigeratum alterum, quamuis non esset natura frigidus, ad eũdẽ modum & caput, & iecur, & lienem, atq; etiã alias partes, aliarum quandoque intemperãtiis affici: quum aut ipsæ haudquaquam læsæ in proprio temperamento essent, aut etiã contrarium planè, quàm aliæ affectũ haberent. Primùm ergo de iis verba faciã, qui æquali sunt intemperie: idq; ab iis qui præcalidi sunt, auspicatus. Sanè dictũ à nobis in libro de Tẽperamentis est, fieri non posse vt intemperies quælibet, sola diu duret: quando ipsa sibiipsi alteram ex necessitate asciscit: indeq; factũ, vt pleriq; medicorum quatuor tantùm esse intemperantias putarint, easq; cõpositas, simplices verò

† *Μὴ κύρια id est, non principes partes.*

rò

rò ne eſſe quidẽ. Nam & calidam, dum humiditates ſemper cõſumit, parere ſiccitatẽ: & frigidã, dũ nihil abſumit, † humoris incremento quodammodo conferre.] eodẽ modo & ſiccam, per eas ætates, quibus augeſcit animal, calidius ipſum ſemper efficere: quibus verò decreſcit, refrigerare: & ſiccare quidẽ ſolidas corporis particulas, cõgerere verò abũdantiã excremẽtorum. Simili modo ſi humida cũ modicè calida coïerit, exiſtere aliquãdo in vtraq; oppoſitione mediam temperiẽ, vtrãq; oppoſitionem intelligo, & quæ ex calido ac frigido cõſiſtit, & quæ ex ſicco & humido. Erit aũt medii tẽperamẽti (quod εὔκρατον Græci vocãt) eiuſmodi intẽperantia in ipſo pręcipui vigoris tẽpore, quàm ἀκμὴν Græci vocant: ſed & in remiſsionis tẽpore prout ipſi conuenit. Optimã nanq; temperiem in adoleſcentia corpus obtinet: reliquæ omnes ætates deteriores hac ſunt, vt prius eſt oſtenſum. Atq; hoc etiam meminiſſe cõueniet, vnũ id quoq; ex iis quæ dicta ſunt. Quum enim duplices actiones in animalibus ſint, certè corporales pueri præcipuas obtinẽt: quę animi sũt, ea q̃ à pueris ad remiſsionẽ vſq; ſuccedit ætas. Nec tamẽ eſt has ætates annorũ nũero circũſcribere, quẽadmodũ nõnulli fecerũt: niſi fortè ĩ latitudine qua-

† τοῦ προσφερομένου ὑγρότητα, *id eſt humiditatem ſubnutrire.*

dam. Ergo pubeſcere quidē incipiunt aliqui, vbi quartumdecimum annū expleuerunt: quidam vno pòſt anno, aut etiā amplius. Initium præterea remiſsionis nōnulli habent ſtatim à trigeſimo anno: nōnulli poſt quintum & trigeſimū. Ac robur quidem omnibus minuitur poſt ipſam ſummi vigoris ætatem: non tamen hi ſanitatem amittunt, tametſi minus hanc, quàm antè, laudabilem habēt. Cæterùm hanc habēt, †non ſolùm vſq; ad initium ſenectutis, verumetiam in ipſa ſenectute tota: quæ ipſa quoque quibuſdam naturalis eſſe morbus videtur: quum enim nec dolore anguntur vllo, nec vllā actionū earū quibus ad vitæ munia vtimur, aut penitus amiſerunt, aut †omnino imbecillam] habent, vtiq; ſani ſunt, ſanitate quæ ſenectuti ſit cōgrua. Meminiſſe enim profectò oportet, eorū quæ de ſanitate demonſtrata ſunt: nempe quòd ampla ſit eius latitudo. Iam ſi tertia quoq; corporis affectio eſt, quam neutrā Herophilus appellat, quæ in iis, qui è graui euaſerūt febri, cōualeſcēdi tempore cernitur, & ſenili ætate: omnino extra morbū ſenes erūt, actiones tamē perinde, vt ii qui in flore ætatis ſunt, firmas valenteſq; nō habebunt. Verùm ſi ad vidēdum, audiendū, ingrediendū, aliaq; facienda, quæ ſeni expediunt

† Mēdosè legitur in græ. codi. impreßis ἐμὲν pro ὀ μόνον.

† In vete-ri legitur μὴ πάντα πᾶσιν ἀῤῥωςὸν. id eſt non omnino imbecillam. Et paulò pòſt legendum eſt, ὑγιαίνουσιν. pro ὑγιαίνοσαν et οἰκείαν pro ὃκ οἰκείαν.

diunt,nullo deficitur corpus:etiam hoc rationabiliter ſenis ſanitatẽ nomines, vtiq; totum hoc iungens,ſenis ſanitatẽ nõ abſolutè ſanitatem. Hæc enim propter ipſam actionũ virtutẽ integra eſt,& de qua queri non poſsit:ſenum ſanitas querimoniis nõ vacat,quãuis enim omnes actiones habet, nullam tamen validam habet.Atque adeò illa pars artis quæ de ſenum ductu inſtituitur,huc tantùm cõſilia dirigit, vt ſanitatẽ †eorum] quatenus fieri licet,tueatur.Corpora verò, quæ à prima ſtatim genitura pronũ ad morbos ſtatũ ſortita ſunt,ea planè ad ſenectutẽ nunquam perueniunt: aut ſi quando peruenerũt,vno ſaltem diutino morbo penitus laborãt.Propoſuimus autẽ in hoc libro de iis diſſerere,qui vitioſo corporis ſunt ſtatu,atq; hos quẽadmodum ſanos plurimũ tueamur,diſquirere. Ergo initio ab iis ſumpto qui parẽ in omnibus corporis partibus intẽperiem habẽt: primùm de iis agamus,qui calidius temperamentũ ſortiti ſunt,cæterùm in humiditate ac ſiccitate modicè ſe habẽt.Ac talis quidẽ corporis natura ab initio ſtatim magis apparet ſana,quàm ea,quæ in vtraq; oppoſitione, vitioſa eſt, vtrãq; oppoſitionẽ intelligo,& quæ ex calido & frigido conſiſtit,& quæ ex humido & ſicco.Eadẽ dentes edet

† Hæc particula non eſt in Græco,ſed diminutè legitur in Græc. cod. impreſsis, τὴν ὑγιείαν, ἢ τὴν γεροντικὴν ὑγιείαν. id eſt ſenilẽ ſanitatẽ.

citius,& citius articulatã vocẽ proferet, &
citius ingredietur, & ſingulis annis ad por
tionem increſcet,poſteà verò quàm adole
ſcentiæ annos cõpleuerit,exinde ad remiſ
ſionem vſq; manifeſtè calidior apparebit
ſic,vt tũ morbis,tũ ſymptomatis,quę à bi-
li oriũtur,facilè ſit obnoxia. Multus nãq;
calor dũ humorẽ abſumit, ſiccius tẽpera-
mentũ reddit.At quũ florens iam ætas itẽ
calida ſit,nimirũ cõpoſita eorũ temperies,
calida ſimul,ſiccaq́; erit. In talibus autem
tẽperamentis,bilis abundare tũ pallida,tũ
flaua ſolet. Ergo qui hac natura ſunt, ad
ætatẽ vſq; adoleſcentiæ,ſimiliter educãdi
ii ſunt,qui optimæ ſunt naturæ: de quibus
dictum in præcedentibus eſt. Poſtea verò
quàm abſolutũ eorũ corpus ſit, conſidera-
re oportet, vtrúmne bilis excrementũ illis
per aluum expellitur,an ad ſuperiorẽ ven-
trem ſit propẽſum. Si enim deorſum fera-
tur,conſtat nõ debere eſſe ſolicitos:ſin ſu-
periorem ventrem petat,per vomitum eſt
emittẽdum,ſcilicet longè valere iuſsis phi
loſophis iis, q vomere ex aqua tepida poſt
exercitationes ante cibũ vetant. Nam vi-
no nec ipſe ſanè tunc eſſe vtẽdũ ſuaſerim,
niſi difficulter id faciant ex aqua. Quippe
eiuſmodi quædam corporũ naturæ ſunt,
quibus vtiq; vinum dulce, ſed vbi aquam
præ

præbiberint, eſt concedendum. Præterea etiam magis, vbi temperamentũ eorũ ab initio calidius ſicciusq; fuit, vomitio petẽda eſt: propterea ꝙ magis etiam hi bilioſi ſunt, in pręcipui vigoris ętate. Quin & exercitari his vtilius eſt, non acutis exercitatiõibus & præuegetis, ſed potius tardis, & mollibus: ſunt enim omnes qui hoc ſtatu ſunt, graciliores. Acutæ verò exercitatiões conſenſu gymnaſtarũ omniũ extenuãt: lẽtæ contrà corpus implent. Sunt verò ex iis qui impẽsè calido tẽperamẽto ſunt, & qui exercitari prorſus nõ deſiderant: ſed abundè his ſatisfaciãt † inambulatio, balneũ, & mollis ex oleo frictio. Acre nanq; & mordax calidum id eſt, quod ab his exhalat nõ humectãs, quale ἀτμώδεις Græci vocãt, nec ſuaue citraq; morsũ: hos verò à cibis quoque balneum iuuat. Quidã verò eorũ incredibile eſt, quàm etiã obeſi ſunt redditi ex tali victus ratione. Antiquum autem vinum inimicum his eſt: albũ verò ac tenue, idoneum eſt. Aeſtimandũ autem in omnibus eſt, qui à cibo lauãtur, num in dextera præcordiorum parte, vbi ſitũ iecur eſt, dolorem aliquem, aut grauitatẽ, aut tenſionem ſentiãt. Eiuſmodi nãq; corporum ſtatus iecinoris vitiis tentari ſolet, ſi balneo poſt cibũ vtãtur. Ac ſi quãdo eiuſmodi ali-

† *Mẽdosè legitur in Græc. cod. impreßis* περίπαντόστε *id eſt de omni, pro* περὶ πάλιν τε.

quod vitium ſentiunt, illico dandũ aliquid eſt eorum quæ obſtructum iecur liberent, abſtinendũq; ab iis cibis qui craſſum efficiunt ſuccũ, ac potiſsimùm ſi iidem glutinoſi ſint. De his dictũ abũdè nobis eſt tribus libris, quos de alimentorũ viribus ſcripſimus: prætereà in eo libro, quẽ de euchymia, & cacochymia, id eſt cibis boni & mali ſucci, edidimus: itẽq; in libro de extenuãte victus ratione. Quippe qui dolorẽ in iecinore ſentiunt, iis tali victus ratione vtẽdũ omnino eſt, quoad dolor ſe remiſerit, & dextra præcordia leuia quodãmodo ſentiant. Vtile ſanè fuerit & liquorem in quo macerata ſit abſinthii coma, offerre: prætereà quod tum ex ea, tum ex aniſo, & amaris amygdalis conficitur: quod etiam bibere ex oxymelite præſtat in eo tempore, quod inter ſurgendum à ſomno lauandumq; interuenit. Nam & poſtquã confecta ſunt quæ ex ventre ad iecur reddũtur, talia exhiberi præſtat, & temporis aliquid, eorum opera †ante cibum ſumẽdum, dari, non inutile eſt & medicamẽtum quod dia calaminthen vocant, cuius compoſitionẽ in quarto horum commẽtariorum ſcripſimus. Verùm in bilioſis temperamentis, cauere oportet huius aſsiduum vſum. Sed & ſiquãdo horum quiſpiam eo, propter iecinor

†*Mẽdosè legitur in Græc.cod. impreßis* περὶ *pro* πρὸ.

noris obstructiones vtitur, vtilius est ex oxymelite id bibat. Porrò alimẽti species, siquis horum temperamentum vertere in melius studet, contraria esse intemperãtiæ debet. Sensim verò id fiet citra noxam, si & præsit medicus, & qui curatur ita sit à negotiis liber, vt omnia suo tẽpore peragat. Nã qui in rebus ciuilibus versatur, & multis negotiis distringitur, huic tutius est, vt nec tẽtet tẽperamentũ suũ mutare, sed accõmoda sibi nutrimẽta sumat. Porrò apta sunt humidis quidẽ humida, & siccis, sicca. Nutritio enim fit, quũ is, qui nutrit, cibus corpori, quod alit, assimilatur. Citius autẽ assimilãtur sicca siccis, & humida humidis. Quibus verò æquale tẽperamentũ est, iis quãto iucũdius fuerit quod comedũt, tanto vtiq; fit magis nutriẽs. At qui inæqualẽ tẽperiẽ sunt sortiti, ita vt his aliud iecinoris tẽperamentũ sit, aliud ventris, aut alicuius eorũ, quę circa iecur sunt, iis diuersum est quod assumptu iucundum est, ab eo quod cuiq; particulæ est idoneũ. Quoniã aũt ostẽsum est, duplex esse quod singulis cõueniens est: aliud quod secũdũ simplices qualitates, aliud quod secundum totam substantiam, quod simplicibus qualitatibus maximè aptum est, id qualénã sit superius paulò est cõprehensum: idq; seu

mutare intemperiem per otiũ velis,ſeu ce-
2 dere cogaris propter negotia. Quod ex to-
ta ſubſtãtia idoneum maximè eſt, ſola ex-
periẽtia diſcernitur. Ac maximam quidem
vim habet,ad ea,quę eduntur,bibunturq́;,
non in ventre modò,ſed etiã toto corpore
cõficienda,totius ſubſtantiæ cõuenientia:
cuius ratione nutriméta animalibus,& va-
ria,& ſpeciebus multùm inter ſe diuerſa
habẽtur:quũ nulla ſimilitudo ſit eius quod
ex palea,& herbis accedit ei, quod ex oſſi-
bus & carnibus, nulla ſocietas eius, quod
ex pane eſt,cum eo quod ex cicuta,& vera
tro,nã & hæc animantiũ quibuſdã nutri-
menta ſunt. Fiũt autẽ qualitatibus conue-
niẽtię,vtiq; ſi ſeruare tẽperamentũ ſtudes:
humidis naturis humectãte cibo maximè
quadrãte:ſiccis verò,eo qui ſiccet. Sin alte-
rare placet,cõtrariis. In eo autẽ qui eſt in
calido,frigidóve ad intẽperantiam lapſu,
contraria dare ſemper expedit:quũ & effi-
caciſsimè eiuſmodi intemperies ſint, &(vt
ita dicam)magis,quàm quæ ex ſiccitate &
humiditate cõſiſtunt,potentes:quippe quũ
facilè ſimilibus nutrimẽtis in morboſam
intemperãtiam abeant. At ſi ſiccius quod-
uis membrum efficias,nihil manifeſtè læ-
des,pari modo nec ſi humidiori ſuam hu-
miditatem ſerues. Euidenti verò argumẽ-

tibi & ætates ſint. Quæ enim à prima ge
tura adoleſcentiam vſque habentur, hu-
idiſsima iis caro eſt: ſenili ætate impen-
ſicca. Meminiſſe verò in huiuſmodi ſer
one oportet eorũ, quæ in opere de Tem
eramentis ſunt ſcripta: ſcilicet, ne quis exi
imet qui ſuperuacuis excrementis one-
ntur, hos humido tẽperamento eſſe, quę
s eos qui ſenectutem frigidam, & humi-
iam putarũt, falſos habuit. Non enim ipſę
articulæ ſenum, humidiore temperamẽ-
o ſunt, ſed ipſæ capacitates, quæ inter cor-
ora patent: tum ſenum, tum eorũ qui hu-
idis morbis laborant, ſuperuacua hu-
iditate implentur. Porrò cuiuſmodi ſic-
us morbus ſit, certa ſciẽtia cognoſcet, qui
brum quẽ de Maraſmo inſcripſimus, di-
genter relegerit, nõ ſemel bíſve, nec tran
currẽs, ſed ſingulis inſiſtens atq; intẽtus.
ané qui hæc cõmodè leget, hunc exerci-
ari prius conuenit, in ſecundo de tempera
nẽtis libro, in quo demõſtratum eſt ſenis
ẽperamentũ ſiccum eſſe. Verùm quod in
ręſentia nobis propoſitũ eſt, calidus iuſtò
orpus, ſiquidem in prima conſtitutione
nedium humiditatis ſiccitatiſq; habitum
abuerit, omnino id in incrementi ſtatu
quam ἀκμὴν vocant) ſiccum efficitur, idq;
um magis, tum celerius, ſi etiã natura ſic-
cius

cius erat. Sed & ſeneſcet idem citius, quāto vtiq; ad ſummum incrementū peruenit citius. Nam quū omnes in remiſsione ætatis ſicceſcimus: ratio eſt, vt qui natura ſit ſiccior, in ſenilis intēperantiæ ſiccitatē citius perueniat. Hi ergo in præcipui vigoris ętate potiſsimùm humidā victus rationē poſtulant, cuius formulā proximè deſcripſimus. Perficitur enim humectātibus cibis ac balneis, tū exercitationum & quæ †præceleres, & quę multę ſunt, abſtinētia. Hi adeò æſtatis tēpore, & citius lauātur, & à cibo iterū: ꝓdeſt his & frigidæ potio. At venus ſiccis tēperamētis eſt inimiciſsima. Vitādę quàm maximè his ſunt exuſtiones, & laſsitudines, & ſolicitudines, & vigiliæ, & motus omnis celer. Iracūdia verò, quū bilioſas naturas maximè accēdat, acutas febres parit. Itaq; quæ victus ratio iis laudatur, qui ſtatus incrementi tēpore temperie ſunt calida, humiditatē tamē ab ortu mediocrem habebāt: hæc iis qui natura calidi ſunt & ſicci, magis cōuenit. Nec dubiū eſt quin modus quoq; exceſſus ſuperātis elemēti imprimis cōſiderādus ſit. Siquidē eatenus intendere, remittere, aut augere victus ſpeciē oportet, quatenus ſupra naturalē habitū aucta diminutáve ſunt tēperamēti elemēta. Quapropter ſi eorū qui natura hu

†συντόνων i. validæ.

humidiores, calidioresq; sunt, mutare tẽperamentũ ad frigidiorẽ siccioremq; speciem libet: cõtrariam his victus rationem exhibeas oportet, sin id custodire placet, similẽ. Sanè eiusmodi naturæ in puerili ætate fluxionum, & redũdantiæ morbis maximè tẽtantur, itemq; putredinis, quo magis & pluribus exercitationibus, & exacta vẽtris cõcoctione indigent. Quidquid enim in hoc corrũpitur, id toti corpori morborum putredinis occasio fit. Itaq; & ante cibum bis terq; hi si lauẽt, ac calidis spõte oris vtãtur: maximum inde cõmodum sentiunt, quippe huc dirigitur in his cõsilium, vt ipsas animalis particulas seruem⁹ humidas. Quæ res omnis temperamenti cõmunis est, si modò cõtraria ratio omnium animantiũ corpora citius ad senectutẽ perducit, ipsaq; sit, cuius culpa omne genitũ corpus mortale sit. Quippe si fieri posset, vt tẽperamẽtum corporis humidum perpetuò seruaretur, verus sophistæ (cuius inter initia operis memini) sermo esset, qui sibi auscultãtẽ promisit immortalẽ fore. Sed quoniã naturæ progressum, qui est ad siccitatẽ, effugere corpori nõ licet, vt antè docuimus: idcirco senescere nobis corrumpiq; necesse est: erit tamẽ id maximè diuturnũ, quicquid erit minimè siccatũ. Verùm

cũ

cum humida victus ratio excremẽta, & succorũ abũdantiã pariat, difficile est ita mediocritatem seruare, vt neque morbi incidant, neque senectus maturetur. Quod tamen ad ipsius temperamẽti rationem attinet, qui maximè sunt humidi: ii maximè sunt longæui. Iidem & sanitate, vbi corpus ad robur peruenit, plus cæteris fruuntur, & cæteris qui parem ætatem agunt, valentiores ad extremum vsque senium sunt. Ideóque ferme tũ medicis omnibus, tum philosophis, qui corporis elementa diligẽter inuestigarunt: temperamẽtum id laudatum est, imò etiam vnum id proinde secundum naturam se habere, quibusdam est visum.
Nam quanquã in principio sit deterius, tẽpore tamẽ reliquis præstãtius euadit. Quò magis qui tuendæ huius corporis sanitati pręficitur: iis, quę ab ipso defluũt, prospicere debebit tum exercitatione, vt dixi, tum balneis ante cibum pluribus, tum verò iis quæ per ventrem, & vrinas redduntur, excernendis. Nec prohibet prætereà quicquam, quin & apophlegmatismis & purgationibus aliquando vtatur, anteq; omnia cibis boni succi, ac vini potione quod vrinas promoueat. Et de calidis quidem tẽperamentis abundè dictũ est: de frigidis deinceps agẽdum. Sunt porrò & horum tres

sum

summæ differentiæ, nam aut modicè se habent in altero cõtrariorum pari, ita vt nec humidi sint nec sicci: aut alterum in his redundat, vtiq; vel siccũ vel humidum pessima tamen meritò sicca temperatura est: quippe quod temporis spatio senescẽtibus accidit, id iis statim ab initio contingit. Ergo istos humectare calefacereque oportebit. Id fiet exercitatione modica, & nutrimẽto humectãte, ac calido: prætereà vini calidi potione, & somno liberaliore: illud interim prouidẽtibus nobis, vt excrementa omnia, quæ vel ex cibis, vel ex potione proueniũt, quotidie expellantur. De veneris vsu dictũ suprà est, eã omnibus qui sicco temperamẽto sunt, inimicam esse, nunc verò etiã ex hoc numero potissimùm aduersa est iis, qui supra siccitatẽ frigidi quoque sunt. Nã innoxia venus iis tãtũ est, qui calidi humidiq; sunt, tũ verò qui genitura naturaliter abũdãt: de quibus inter inæqualia tẽperamẽta mox dicetur. Malum verò & illud frigidũ temperamẽtũ est, quod cũ humiditate cõiũgitur: maximeq; id fluxionũ morbis est obiectum. Succuritur huic & balnei abstinẽtia, & exercitio & tenuiore victu, & vnctionibus, quę modicè calefaciãt: quarũ forma narrata pri⁹ est vbi, de lassitudine egim⁹. At qui frigidi natura sunt,

cæterùm in ſicci humidiq́; tēperatura me-
dicè ſe habēt:minus ii vel ad ſanitatē, vel
ad corporis robur ſunt inepti, quàm qui in
illis ſunt intēperati. Horū igitur excitare
firmareq́; calorē expediet. In humiditatis
verò ſiccitatisq́; ſpecie, †tota victus ratio
media eſt exhibēda. Atq; hæc mihi omnia
de is dicta ſunt, quos æqualis intemperies
premit, hoc eſt quibus omnes corporis par-
tes ad calidius, vel frigidius, humidius, vel
ſiccius, ſimiliter ſunt inclınatæ. De iis verò
qui inæqualem corporis conſtitutionē ha-
bent, non poteſt paucis diſſeri, propterea
quòd numeroſæ horū varietates ſunt: quū
aliis alia particula malè temperata ſit. Sed
& ſi duas tātùm quis intemperatas habeat,
harum quoque varietates non paucæ ſunt,
proindeq́; quum prius docuero quæ'nam
iis exhibēda ſint, quibus inculpatus quidē
eſt corporis ſtatus, viuunt autem vitam ſer-
uilem, ſiue negotioſam, ſiue quouis modo
aliter appellare placet, ab iis verò quę'nam
iis qui æqualem intemperantiā habent, in
ſimili viuendi genere: tranſibimus dehinc
ad eos qui inæqualem in coporis partibus
ſtatum habēt. Ergo ſalubris, & inculpatus
corporis ſtatus in latitudine (vt ſępè dictū
eſt) intelligi debet, ſicuti etiam ipſa ſani-
tas. Nam neq; ſanus eſſe quiſquā noſtrûm
vid

†Mendosè legitur in græc. codi. impreßis ὕλης, pro ὅλης, & paulò pòſt pro μίσον, legēdū eſt μέσον καὶ γενέσθαι, vt habetur in veteri.

videri poteſt, ea ſaltē, quę omnino inoffenſa inculpataq́; ſit ſanitate: neq; inculpabili eſſe corporis ſtatu. At ſanos eſſe dicūt, qui nec parte aliqua corporis dolent, & ad vitę munia haudquaquam ſunt impediti, pari modo & corporis ſtatu illæſo eſſe, quū nec ab externis occaſionibus facilè in morbos incidunt, nec ab internis. Illo nimirū pro re certa prius definito, aſsiduè ægrotare aliquos nō ob proprium corporis ſtatum, ſed propter vitioſam victus rationē, dum aut in deſidia vitam exigunt: aut nimium laborant: aut in ciborū qualitate, quantitate've, aut tēpore peccant: aut exercitium aliquod noxiū exercent: aut in ſomni modo, aut veneris immodico vſu falluntur: aut etiā ægritudine animi, curisq́; parum neceſſariis ſe macerant. Quippe non paucos nouimus eiuſmodi de cauſis, quotannis ægrotare, quos tamē nō dixeris vitioſo corporis eſſe ſtatu: ſicut eos qui quū nullo horum, quæ recenſui, deliquerunt, tamen perpetuò ægrotant. Ergo primùm propoſitus ſermoni is eſto, qui corporis ſtatū in latitudine inculpatum habet, quiq́; alteri viuēs, toto die miniſtrat, aut maximo magiſtratui, aut monarchæ, cæterùm ad extremū diei, liber à domino diſcedit. Quo loco rurſus definiendū nobis eſt, quem ſi-

nem diei dicimus, quando aliâs lectori sermo noster imponat: nisi certa distinctione sequetur. Si enim dixero abire tum primū hominem ad corporis sui curam, quum sol occidit, nec adiecero quo die id velim circáne solstitium æstiuū an brumam, an circa ęquinoctia, an alio quopiā tēpore, quod dictis interuenit: nō possunt cōmoda præcepta tradi. Romę enim maximi dies ac noctes, paulò maiores quindecim ęquinoctialibus horis sunt, cōtrà, minimi, paulò intra nouem. In magna verò Alexandria maximus dies quatuordecim horarum est, minimus decem. Ergo qui in breuissimis diebus & longissimis noctibus à ministerio occidēte sole redit, huic fricari per otium, & lauari, & modicè dormire licet. Porrò nemo est, cui nec in maximis, nec etiā his, liceat aliquid mediocriter agere. Nec ipse profectò quēquam noui tam infelici vitę sorte. Antoninus enim, qui imperatorū quos ipsi vidimus, promptissimus ad curā corporis venit, †breuissimis diebus sole occidente in palęstram ingreditur, lōgissimis autem hora nona, aut ad summū decima. Quare licet iis qui illi in diurnis officiis assistunt, vbi discessere reliquo diei tempore corporis curam agere: ita vt sole, occidente ad somnum se conuertant. Nam quum minima nox

†In græc. codic. impress. legitur μακραῖς. i. lōgis, tamen melior lectio videtur μικραῖς, sicuti vertit interpres.

nox nouẽ horas æquinoctiales ęquet abun
dè iis fuerit, ſi id totum tempus in ſomno
conſumpſerint. Ergo vidẽdum eſt aſſuetus'ne
per ante actam vitã exercitationi talis mi
niſter fuerit, an citra exercitationem laua-
ri. Nam ſunt qui ne frictionẽ quidem ſibi
adhibeant, ſed protinus perfuſi oleo, bal-
neum ingrediantur, aut etiam ſtrigili tan-
tum arrepto, quo ſudorem in ipſo balneo
deſtringant. Ac nõnulli quidem hanc con-
ſuetudinem modicè ferũt, ita vt aliqui eo-
rum, nec aſsiduè ægrotẽt, [nec longo tem
pore,] vtique quibus libera corporis tran-
ſpiratio eſt ἐυδιαπνευστος Græci vocant, eoſ-
dem aliqui tum medicorum, tum gymna-
ſtarũ ἀραιοσυγκρίτος Græcè appellãt. Quin
dictum & ab Hippocrate eſt huic generi
hominũ ſanitatẽ magis cõſtare, ait enim:
[Laxitas corporis ad tranſpiratum, quibus
plura per cutim feruntur, ſalubrius: quibus
pauciora, minus ſalubre.] Hãc corporis na
turam ad aliã conſuetudinẽ transferre nõ
oportet, ſed nec vllã omnino aliã naturã,
niſi quę longo iam tẽpore ægrotat. Quòd
ſi qua aſsiduè ægrotet, diſquirere in ea
cauſam conueniet. Ea inuenietur, ſi initiũ
inquiſitionis ab ægritudinis ſpecie cœpe-
rimus. Quicquid enim eorũ quæ †in ipſo
ſunt, corpus affligit, duplici id occaſio-

†Mendosè legitur in græc. cod. impreßis, ἐναντίας, pro ἐν αὐτοῖς.

ne oritur, aut redundantia, aut ſucci vitio. At ſi quidem redundantiæ vitiis ægrotare videbitur, huc vniuerſa tendet victus eius ratio, vt ſuccos ad cõuenientẽ modum reuocet: ſin ex ſuccorum vitio, * vt pares] eos faciat. Prius autẽ ſpecialiter dicetur, quẽadmodum proſpiciẽdum mediocritati ſit, quæ in quãtitate ſpectatur: pòſt, quemadmodum æqualitati, quæ in qualitate cõſiſtit. Itaq; iam de priore agamus, ducto tandem ad principium ſermone, vbi quod ex corpore exhalàt minus eſt iis, quæ accepit, redũdãtiæ oriri morbi ſolent. Ergo proſpiciendũ eſt, vt eorũ quæ eduntur, ac bibuntur, reſpectu eorũ quæ expelluntur, conueniens mediocritas ſeruetur. Sanè is modus ſeruabitur, ſi põderabitur à nobis in vtriſq; quantitas. Qui enim balneũ ſtatim ingrediuntur, iis poſteà frictione vti, atq; etiam prius paulùm dimoueri: qui verò hęc prius obierint, paululum etiã hæc ipſa inaugere, ſuadebimus: detrahere verò de nutrimẽti vel quãtitate, vel qualitate, vel etiã vtraq;. Qui enim celeriter notabilem abundantiam aceruant, iis de vtraq;: qui non celeriter, aut nõ notabilem, iis de altera demptum, eſſe ſat fuerit, vtra videlicet homo ipſe potius voluerit. Ac quemadmodũ de quãtitate dematur, notum eſt, de qualitate demi

*[In veteri cod. legitur ὅπως ἀρίστους. i. vt optimos.

demitur, quum exigui nutrimenti cibus apponitur. Siquidẽ nõ pauci ſuilla nutriti, celerrimè copiã aceruant: quum aliâs requirat id nutrimentũ, tum frictiones, tum exercitationes planè vehementes. His igitur olera, & legumina, quæ nõ multũ corpori adiiciant: præterea piſces, & aues, quæ multũ item non nutriant, exhibenda ſunt. Qui verò vitioſos cõgerunt ſuccos, ii non perinde vt qui redundantiam cogunt, vni tantùm rei ſunt intenti: quandoquidẽ nec vnica eſt vitioſi ſucci ſpecies. Alii enim magis frigidũ pituitoſumq; eiuſmodi ſuccũ cõgerunt: alii magis calidum ac bilioſum: nõnulli magis aquoſum: alii rurſus magis melancholicũ, id eſt qui magis atræ ſit bilis. Horũ ergo cuique abſtinendum ab iis † cibis potionibusq; eſt, qui eum, quẽ ipſi cõgeſſerunt, ſuccum facilè gignant. Porrò dictum abũdè de iis eſt, in tribus libris qui de ciborum viribus ſunt inſcripti: item in alio, quẽ de iis qui bonum malum've ſuccum gignunt *inſcripſimus. Eſt & præter hos alius de iis qui extenuant cibis, vtilis profectò iis qui crudũ congerunt ſuccum, qui craſſus quidem omnino eſt, nõ tamen perpetuò glutinoſus. Sanè omnibus his cõmune auxilium eſt, alui deiectio: potiſsimùm verò qbus eſt naturaliter aſtrictior.

† *Mendosè legitur in Aldino* ἀιτιῶντι, *pro* σιτίωντι.

* *Mendosè legitur in græc. codi. impreßis* ἢ διαθέσεις γίνεται, *pro* ἢ διαιρέσεις γίνεται

Communis porrò est,& veneris cõueniens mediocritas. Quibus enim inculpata corporis constitutio est, non debent ii, veluti siccis suprà præceptum est,à venere omnino abstinere. Illud tamen cõsiderationem desiderat,semélne die, an bis sit iis qui eiusmodi vitam agunt, comedisse ex vsu. Eius considerationis caput est,& corporis ipsorũ natura & ab hac in victus ratione consuetudo & tertio ab his, si mutare victus rationem videbitur,quo pacto eius mutationem homo ferat. Atque ab ipsa quidem natura,eius quod cõducet†significatio datur. Et eorum quidem quibus biliosus vẽter est(sicuti dictũ nobis in quarto iam est, & nunc nihilominus dicetur) primi semper ciborum,ac potionum sint,qui aluum deiiciant. Ex vinis quidem dulcia, & quæ mollire ventrem possunt:nõ enim omnia eius sunt generis. Ex cibis,olera cum oleo & garo. Vitanda verò ex vinis sunt austera:ex cibis,qui astringunt,nisi si firmandi oris vẽtris causa post totam comestionem exhibeantur. Id autem experientia quoque discernẽdum est. Sunt enim quibus astringentium vsus adeò aluum nõ comprimit, vt etiam ad deiiciendam conducat, propterea quòd os ventris roborat : quod euidẽtissimè in iis,qui imbecillius id obtinẽt

† Ἔνδειξις id est indicatio.

cer

cernitur. Quicunq; verò palæſtræ exercitiis ante balneū ſunt vſi, priuſquàm diſtrictè negotiis vitæ ſe addicerent: iis vt ab ipſis abſtinuiſſe eſt incōmodiſsimū: ita vt ſimiliter vtantur, præter incommodū, etiā fieri omnino nequit. Ergo exercitatione, quæ apotherapia dicitur, de qua ſuprà egimus, iſtis vtendū cenſeo: & ſimul de ſuillæ carnis modo, non nihil demendum. Quoniam verò (vt antè dixi) ſunt quibus ante balneum eſitaſſe aliquid eſt melius: dicendum deinceps eſt, tum de hora qua facere id debent, tum quantitate eorum, quæ ſument, ac qualitate. Ergo quod ipſe facere inſueui, diebus iis quibus propter vel infirmos viſitandos, vel ciuilia negotia, putaui me ſerius ad balneū acceſſurum, id dicere non grauabor. Ponatur dies quo id fit, tredecim horas æquinoctiales longus, in decimam verò corporis curandi ſpem eſſe: hoc caſu viſum mihi eſt, circa quartā horam ſimpliciſsimum ſumendum eſſe nutrimentum: qui vtiq; ſolus eſt panis, atque ipſe quidem ita feci. Quibuſdam verò pane ſolo veſci ſine obſonio non placet, ſed eum cū palmulis, oliuis, melle, aut ſale ſumunt: ſunt etiā qui poſt eum bibunt. Ego verò nec à tali cibo vnquam bibo, & ſolum panem comedo. Sit autem cuiuſque

eorum modus, is qui decima hora concoctus esse posit: quippe si exercitari cupiãt, eo maximè pacto citra noxam se exercitent. Siquidẽ non leue incommodũ nonnullis accidit, quum repleti cibo se exercitant: nõnullis enim & caput impletur vaporibus, & in iecinore aut põderis sensus, aut distentionis, aut vtriusque percipitur. Ergo quum tale quippiam incidit, succurrendum ei quàmprimũ est, si iecur obstructum sit iis, quæ in viis eius hærentia impeditaque expediãt, si caput repletum est, ambulationibus: sed potissimùm ante cibum, nihil tamen vetat quin & post cibum. Cæterùm has quàm maximè lentas esse expedit: illas quæ ante cibum sunt, magis his quidẽ citas, non tamẽ quales festinabundi vsurpamus, opere aliquo vrgẽte. Quæ verò iecinoris meatus obstructos expediunt, eadem tarditati concoctionis conducunt, horum optima sunt oxymeli, & dia trion pipereon, in quo nullũ immistum sit medicamẽtum non familiare. Ad hæc extenuatorius victus, hæc enim tarditatem cõcoctionis corrigunt, & obstructiones iecinoris liberãt. Vbi verò corruptio ciborum in ventre accidit, quibus id quod corrumpitur per aluum descẽdit, iis maximum id compendium ad sanitatem
est,

est. Quibus verò nõ descẽdit, ii prouocandi iis sunt, quæ leuiter deiiciũt: cuiusmodi sunt diospoliticon, vtiq; quum pari cum reliquis pondere nitrum immistũ habet: & quod ex ficis & cnico componitur, aliaque quæ ex cnico vel epithymo conficiuntur. Porrò, iis qui ita sunt affecti, etiã vomitus ante cibum conducit: vomitus autẽ vini dulcis potione prouocatus. Consulẽdum verò his est, ne quid fumidũ, aut male olens, aut deniq; facilè corruptibile nutrimentum accipiant: sed quæ boni succi sint (medici euchyma vocant) potius eligant. Scriptum verò de his alibi est, in iis quæ de boni, maliq; succi cibis prodidimus: prætereà in illis tribus quos de ciborum facultatibus inscripsimus. Percõmodum verò iis, qui ita se habent, hominibus est, & si ex conueniente interuallo aluum subducant per ea quæ modicè purgẽt: cuiusmodi est, quam medici dialoës picran græcè vocant. Si verò longo tẽpore vitiosum succum augeri sinas, grauis quispiam morbus ipsis incidet. Sanè possunt eiusmodi sibi curã impendere iis diebus, quibus publicũ aliquod festũ celebratur, quo nimirum liberi à seruili ministerio sunt. Verùm multi per intemperãtiam adeò nihil agunt, quò quod vitiosum in corpore col-

lectum eſt corrigant, vt etiã magis ipſum accumulent, dũ vitioſo victu in ipſis feſtis vtuntur. Quò fit vt aliis eorũ diutini morbi incidant, à quibus tota vita explicare ſe nequeunt: cuius generis mala ſunt, & podagra, & articularis morbus, & calculus: aliis acuti, ſed qui vel ſingulis annis infeſtent, vel certè alternis omnino: aliqui verò etiã bis ita in vno anno laborãt. Ars verò quæ ſanitati tuẽdæ præſidet, iis qui ſibi paruerint, conſtaturã ſanitatẽ promittit: qui verò parére recuſant, iis perinde eſt, ac ſi omnino nõ eſſet. Recuſant autẽ alii ab ipſa in præſens voluptate victi, quos incõtinẽtes intẽperãtesq; nominãt: alii ambitione, quã Græci hodie κενοδοξίαν, id eſt vanam gloriã vocãt. Quorũ is erat, qui quiduis potius ſuſtinuiſſet, quàm picẽ ſibi toto corpore cõtinẽter illini, ſuadẽtibus id medicis, pro gracilitatis remedio. Hæc enim nõnullis propter totius corporis in ſicci frigidiq; exceſſu intẽperiẽ oritur: nonnullis verò propter digerentis in corpus, vel nutrientis, vel etiã ambarum facultatũ naturalem imbecillitatem. Porrò omnibus qui ita ſunt affecti, auxiliatur vnguenti genus, quod à Græcis hodie dropax dicitur: vtpote quod & diſtribuendo in corpus alimento, & nutritioni cõducit. Et ſanè multos

tos ex iis qui prius graciles fuere, videre licet hoc remedio obeſos redditos: potiſsimũ quibus digerẽdi facultas infirma erat, nutriẽdi verò firma, ſed quæ per aptæ materiæ penuriam affatim nutrire nõ potuit, quod ei nimirum ex deducendi in corpus alimẽti defectu, incõmodum accedit. Verùm aliqui per ambitionẽ (vt dixi) ne ſicut delicati, aut qui formæ plus ſatis indulgent, pice vngi videãtur, refugiũt eiuſmodi auxiliũ: atq; aliud quippiã ſibi à nobis excogitari gracilitatis remediũ iubẽt: quũ tamen nullũ ſit quod huic poſsit æquari. Prodeſſe tamẽ poſſunt etiam hæc, ſi ante balneum, manu nec adeò molli, nec rurſus aſpera, corpus perfricẽs, quoad ruborẽ cõtrahat: deinde dura frictione nõ multa cutẽ cogens, denſam eam duramq; efficias, ab his, ſi mediocri exercitatione vſum, ac lotũ, citra tamen longã in ſolio morã, hominem abſtergeas, ad iã dictæ frictionis ſiccæ formam mox vngas oleo exiguo, ac cibum offeras. Quippe ſtudium in his eſt, vbi bonũ ſanguinẽ in corporis molẽ attraxeris, vt tum nutricem vim firmes, túmne, quod attractum eſt, exhalet, proſpicias. Ac firmatur quidẽ nutriendi vis excitato in carnibus calore. Non exhalabit autẽ, qui attractus in has ſanguis eſt, ſi oleo vnxeris:

ris:vtpote quod emplaſtici medicamenti vim habet. Quòd ſi ætas nõ reclamet,etiã ſi frigida lauatione vnà cũ prædictis vtetur,magno fruetur commodo. Cõtrà verò in iis qui immodicè ſunt obeſi,minuenda digeſtio eſt,augẽda verò corporis exhalatio. Porrò minuetur digeſtio aſsidua vẽtris deiectione:nẽpe aſſuefacientibus nobis nutrimẽti inſtrumenta,quæcunq; cõtinẽt,ea ſtatim deorſum impellere. Corporis autẽ exhalatio inaugebitur celeri exercitatione,cuius generis curſus eſt:prętereà vnguẽtis iis,quæ euaporãdi vim habẽt,fricando quàmplurimũ. Sanè frictionẽ mollem eſſe cõueniet,ac quæ laxũ corpus efficiat. Ipſe nanq; præpinguẽ quendã paruo tempore ad mediocritatẽ carnis reduxi, celeri primũ curſu vti cogens,dein ſudorẽ linteo vel molli admodum,vel admodum aſpero detergens. Ab iis vnguentis euaporantibus,quæ hodie acopa medici iuniores vocare ſolent, largiſsimè perfricui:ac poſt eiuſmodi frictionẽ ad balneũ perduxi:à quo non protinus cibum dedi , ſed quieſcere interim iuſſum aut etiã conſuetũ aliquod munus obire,rurſus ad balneũ ſecundo egi:poſteà ciborum multitudinẽ qui parum nutrirẽt,appoſui eo conſilio,vt ſaturarent illi quidẽ cæterũ exiguũ nutrimen

menti in totum corpus ſubmitterent. Sed
& alias quæ totum occupant corpus intẽ-
peries,ſimili ratione corrigere conueniet:
primum eorũ quæ agi oportebit, inuento
ſcopo : mox materiis quæ ea præſtare
queant.Nam nũc cõpendio ſermo omnis
ſemel peragatur ad eos, qui tũ frictionũ,
tum exercitationũ,tum balneorum ratio-
nes memoria tenẽt,itemq; ciborũ, & me-
dicamentorũ.Ac de frictionibus exercita-
tionibusq; in hoc opere ſuprà dictũ eſt:de
cibis verò alibi,atq; etiam de medicamen
tis.Quippe doctrina quæ methodo,id eſt
via rationeq; traditur,quum cõmunia ge-
neraliaq; cõplectitur ad multa particula-
rium,tũ facilè recordabilis,tum verò cõ-
pendiaria efficitur. Ego verò quum non
tantũ vniuerſalia ponam,ſed etiã particu-
larium exẽpla his apponam,abſolutiſsimã
me arbitror tradere doctrinã.Iam ad inæ-
quales corporum flatus accingi tẽpeſtiuũ
videtur,ea porrò etiam valetudinaria o-
mnino ſunt.Sanè inæquales ſtatus trifariã
fiunt, prout compoſitio corporis noſtri
triplex eſt.Vna ex primis elemẽtis, ex qui- 1
bus conſtant ea quæ Ariſtoteles ὁμιομερῆ,
id eſt ſimilares partes nominat. Secunda 2
ex his ipſis ſimilaribus, quæ ipſa quoque
rurſus ſenſibilia diſsimilarium partiũ ele-
men

menta ſunt, ex quibus inſtrumentalium compoſitio conſiſtit. Tertia ab his totius corporis compoſitio ex ipſis inſtrumentalibus eſt, ac facillima quidẽ, tum ad diſcernendũ, tum verò ad curãdũ tertia eſt, difficilior ſecunda, maximè lubrica †prima eſt. Cõmodius ergo à tertia incipitur, quæ faciliorẽ ſe, & ad cognoſcendũ præbet, & ad cuſtodiam: vt ſtatim in capite (neque enim alienũ eſt ab eo cœpiſſe) quod intẽperatæ naturæ ſit, adeò vt multa excremẽta gignat, vnde lædi ſubiecta mẽbra cõtingat, in quodcunq; excrementa procubuerint. Ac promptiſsimè quidem in os & nares excremẽta impetum faciũt: decidũt verò & in oculos, nonnullis etiã in aures. Sed excrementi in os decurſum tum gula excipit, tum aſpera arteria, appellant hanc Græci & βρόγχον cuius ſumma pars, quæ ore cõiũgitur (λάρυγξ autẽ græcè dicitur) inſtrumentũ eſt vocis, vt in libro de voce eſt indicatũ. Ergo is larynx ab iis quæ capite decidũt madefactus, principiò quidẽ raucam vocẽ facit, procedente verò tempore paruã. Si verò longiùs etiam procedit malum, totã adimit: quippe cũ larynge arteria quoque ipſa vna humectatur. Quòd ſi acris fluxio ſit, nõ ſolùm ad vocẽ ineptæ prædictæ partes fiunt, ſed etiã gra-

†In Græ. codi. Aldi. Mẽdosè legitur ἡ τρίτη, id est tertia, sed in veteri est, ἡ πρώτη, id est prima.

uiſ.

uiſsima quædã eroſio his accedit: quæ talis eſt naturæ, qualis ſunt quas ſubinde in cute citra externã cauſam læſa, factas videmus: ita verò & pulmo his exulceratur, & morbus tabes dicitur, græcè φθίσις. At ſi in gulam & ventrẽ fluxio feratur: quæ quidẽ frigida eſt, in frigidã intemperiẽ corpora mutat: quæ calida in calidã, hæc verò etiã exulcerat ſpatio. Inter initia verò appetẽtiam, & cõcoctionẽ labefactat. At frigida quidem fluxio tarditatem cõcoctionis, & cruditatem, & acidos ructus creat. Quòd ſi etiam corrupta ſit, alimentum quoq; in corruptelam vertit, quæ vel fumidos, vel acidos, vel alterius cuiuſquã dicibilis indicibilíſve qualitatis ructus emittat. Si verò inferius ſe noxa recipiat: & ieiunũ, & craſſius inteſtinũ, quod colon vocant, affligit. Quinetiã vaſa, quæ ſunt in meſenterio, & per quæ fit in iecur cibi digeſtio, tãgit. At nonnullos quidẽ carẽtia appetitus excipit, alios appetẽtiæ à natura alienæ, quas caninas appellant: aut etiã vitioſi cibi cupiditas: qualis grauidis, quas κίσσας Græcè vocant, accidit. Sanè nõ latet vnam quoq; & pariſthmia, & parulides, & antiades, & dẽtium eroſiones, & vlcera, & putredines in ore, ſaniẽ hãc quæ à capite in ipſa decidit, conſequi. Ac pleraq; medicorum pars, aut

Col

Columellam incídunt, aut medicamenta quibus expui faciãt quod in pulmonẽ per asperam arteriã defluxit, exhibẽt. Alii ventri prospiciunt: alii dentibus & ori, aut etiã iis quæ in naribus constitére, prouidẽt: vt de oculis auribusq́; taceam, qui ipsi quoq; in nõ paucis læduntur: quum satius (arbitror) esse ipsum mali ceu fontẽ tollere, caput ipsum firmando: aut si hoc præ magnitudine naturalis intẽperantiæ non liceret, saltem illi prospicere, ab ipsa scilicet vitii specie, prouidentiæ significatione semper accepta: nec committere, vt quod nõnulli medicorum faciũt, qui omni capiti medicamentũ quod ex thapsia & sinapi cõponitur, applicant: id ipsi quoq; facerẽt, quãdo si ex calida intemperie caput malè habet, talia medicamenta noceant. Expedit igitur hos frequẽti balneo potabilis aquæ fouere, quo & calidos vapores, qui in capite sunt, euocemus, & totum capitis temperamẽtum melius reddamus. Calidarũ autem quæ spõte nascuntur, noxius his vsus est: siquidẽ quæ ex iis sulfurosæ, bituminosæ've sunt, eæ propterea quòd calefaciũt: inimicissimæ calido naturaliter capiti sunt: aluminosæ verò, qm̃ angustos habit' meatus claudũt. Solis autem iis spontè natis citra noxã vtantur (si tamẽ ipsis vtẽdũ)

quæ

quę vtiq; dulces ſunt:ſic enim tutò dixeris. Nã quod vtile etiã aliquid ex ipſis proueniat,id verò nõ perinde tutò dixeris:quando nec calidæ fortaſſe forẽt,ſi omnis calefaciẽtis medicamẽtoſæ virtutis eſſent expertes. Satius aũt ſit, eiuſmodi aquas experiẽtia diſcernere: quando etiã raræ inuẽtu ſunt,apud nos ſtadiis ab vrbe paulò plus cẽtũ:in Pruſa,minus decẽ. Ergo quæ apud nos eſt in Allianis(ita enim locum appellant) vnius tota rationis eſt, atque ex vno fonte manãs:quæ verò in Pruſa eſt, [diuerſæ.] Item diuerſus medicamentoſæ aquæ fons,æquè vt apud nos,in Licetis. Quibus verò caput vehementer calidum æſtuãsq́; eſt,iis pręſtat æſtatis tempore roſaceo perungi, quod ex roſis tantùm, ac ſine frondibus ſit cõfectũ. Atq; in hoc ipſo genere illud præſtantius eſt, quod ex crudo oleo (quod omphacinũ & omotribes gręcè vocant)iniectis roſis componitur,quod lõgè etiã melius eſt, ſi ſalis omnino ſit expers. Sunt capita quæ propter arteriarum tẽperamẽtum in vertigines(quæ græcè ſcotomata vocãt)& capitis dolores incidunt,in quibus etiã arterias incidere ſolemus. Sed hoc genus propoſitæ artis limites egreditur. Quæ tamen ex nimis acuto neruorũ ſenſu aſsiduè dolent,qui à capite orti plu-

rima ſui parte, os vẽtris texunt, pars etiam ad reliquũ ventrẽ deſcendit. His ſanè mederi propoſitæ iam artis officiũ eſt, potius tamen cõſiliũ eſt, id agere quo minus hæc vllo modo incidant,cauẽdo, ne aut bilioſus humor in ventrem prorſus cõfluat, aut quàm celerrimè inde expellatur. Atque vt ne prorſus quidẽ cõfluat conſulueris, ſi citius cibũ exhibeas. Vbi enim totius corporis bilioſius temperamentũ eſt, venter imbecillus vtique cibo qui ventrem roboret (euſtomachum græcè vocant)firmari poſtulat. Vbi enim ita non proſpicitur, defluunt in eũ,quas corpus aceruat,ſuperuacuè ſanies,quos Græci icholes vocant. Ex quarum vapore nõ ſolùm capitis dolores nõnullis oboriuntur, ſed etiã ſuffuſorum, quos ὑποχεομένους vocant, ſymptomata: aliquibus verò & comitialis cõuulſio. Horũ itaq; omniũ vniuerſa victus ratio ad frigidius potius,humidiusq; mutãda eſt. Quod autẽ in ventrem confluit,id vomitione,ac ventris ſolutione expellendum eſt.Stomachus verò cibis quidẽ quotidie prius,quàm bilem cõtrahat, firmandus, purgetur verò medicamẽtis,ex maiore interuallo, abſinthii coma,& compoſitione ex aloë: quam picram vocant,quippe hæc quod altius in tunicas bilioſi ventris ſe recepit,expurgat:

abſ

absinthio parum id præstare valente. Est enim absinthio vis tãtùm detergẽdi, astringendiq; ,ac talis quæ(vt sic dicã)sordes tunicarũ,ventris detergeat,nõ si quid altius in eo imbibitum est, foras extrahat atque expellat sicut aloë. Quæ autem post hanc ventri extrinsecus admouẽtur vnctiones, eæ modicè astringẽtes sunto:vt melinum, mastichinum,& nardinũ, & alia id genus. Ac ęstate quidẽ potius melinũ, hyeme nardinũ,vere mastichinũ:nam id medium est inter melinũ & vnguentũ nardinum, hoc enim calefacit,potissimùm quũ amomum liberalius immistũ habet: illud refrigerat. Est autẽ opulẽtis mulieribus, & quod præstantius nardino vnguentum sit,nempe foliatum:præterea quæ spicata vocãtur,quæ ventrem & roborare possunt,& calefacere.Si verò non modò caput calidam saniẽ ventris partibus transmittit, sed etiã venter ipse calidam intemperiem habeat: vtique qui frigefaciant,tum cibo,tum potione semper vti conueniet:atque eam qualitatem in his pro temporum anni ratione intendere variè,ac remittere:nusquam tamen ad contrariam peruenire, id quod in iis qui medii temperamenti erant, fecimus,hyeme calefacientes,ęstate refrigerãtes.Ad eundem modum si vtraq; pars fri-

gida intemperie sit affecta, semper calefacientibus tum cibis, tũ potione, tũ vnctione vtendum est: variè tamẽ ea pro temporum ratione intẽdenda, remittẽdaq; sunt. Porrò difficilis cõnexio est, quoties vel in calidum vẽtrem frigida, & pituitosa sanies defluit, vel in frigidum calida, atq; harum duarum alteram semper expertus sum magis ad curandũ rebellẽ: nempe in qua frigidi pituitosiq; succi in calidũ decidunt ventrẽ. Pessimus verò is status est, quum homo ea compositione naturaq; est, vt nec vẽtrẽ facilè solubilẽ habeat, nec vomere ex facili possit. Corrũpũtur enim pituitosi humores, si diu sint in ventre morati: adeò vt & ipsum erodant, & simul vitiosos interim halitus ad caput summittãt. Nam si pituitosus succus à capite in frigidũ natura ventrem decurrat, facilè his succurritur, si mane aliquid simplicis medicamẽti sumpserint, quod dia trion pipereon dicitur. Sed & piper solũ ad exactũ cõtritũ leuorem aquæ mistũ bibere his licet. Ad quẽ vsum melius stomachoq; aptius albũ piper est. Porrò absinthii potio his est aduersissima, vt quæ pituitosum succũ ipsorũ vẽtri affigat, quum detergẽdi vim non habeat, quæ adeò sit æstimãda: sed nec aloë valde his cõducit, quum ei biliosi trahendi humoris

facul

facultas sit, eoque excogitata salubriter est cõpositio, quã picran vocant: quæ acrimonia caloreq; eorũ quæ in se habet, crassos & lẽtos succos dissecat, ac deterget: cuius generis cinnamomum est. Verùm asiduè vti hoc medicamẽto nõ licet, sicut dia triõ pipereon, aut dia calaminthes, quibus etiã si quotidie vtatur, quem frigidus vẽter infestat, nihil incõmodi ex iis sentiet. In totũ ergo ad aloës drachmas centum, reliquorum cuiusque coniiciuntur drachmæ sex, quæ ipsa quoque sex sunt, atque hæc est picra quã Romæ omnes præparant. Ego verò etiam alias duas compono, atq; in altera eorũ quæ calefaciunt plus, in altera minus coniicio. At plus quidem reliquorum immiscebimus, si de aloës solius pondere detrahemus sic, vt in illius drachmas octoginta, reliquorũ cuiusq; addamus sex: minus verò, quũ aloës modum augebimus, viginti drachmis adiectis sic, vt centum viginti eius drachmis cæterorum cuiusque adiiciamus sex. Minimè verò latet, & qđ in penuria cinnamomi ponendum pro eo sit optimæ casiæ duplum: quam aliàs ea esse virtute nõnulli putant, vt nihil ab inualido cinnamomo absit: nã à generoso, etiam talis casia longè superatur. Verùm sicut in boni panis inopia, vel vilissimo ve-

ſcimur: ſic in cinnamomi penuria, exquiſitiſsima vtemur caſia. At in quibus quidem venter aut frigidus eſt, aut etiã tẽperatus, cæterùm ad frigus propẽſior: iis aptũ medicamentũ eſt, quod dioſpoliticon vocãt. Quod ipſum quoque dupliciter confici aſſueuit, iis qui aluo ſunt aſtricta, nitro quod Berenicarium vocant, cum cumino, ruta, & pipere pari põdere admiſto: pro iis qui ſoluta ſunt, dimidio. Conuenit nãque ab hoc medicamẽto & pituitam extenuari, & ſpiritum flatulentum expelli. Grauis autem nec facilè tractabilis complexio eſt ventris, qui intemperanter calidus ſit, cum frigido capite. Quæ enim in ventrem defluit pituita, dia trion pipereon, ac dia calaminthes eget, etiam cuius modò mẽtionẽ fecimus, dioſpolitici. Os autem ventris ab iis qui calorem accendunt, offenditur. Ergo in iis qui ita ſunt affecti id agendũ, vt pituitã diſſeces, detergeasq; iis quæ haudquaquam calefaciunt: quod genus oxymeli eſſe nouimus. Iam lubrica atque ad curationem difficilis cõnexio eſt, vbi tales partium affectus coïerint, in quibus os vẽtris (quem ſtomachum vocãt) imbecillum eſt, ac nauſeoſum: † venter autẽ ipſe retinetur. Quippe quæ hunc laceſſunt, * ſtomachum omnia ſubuertũt ita, vt in ſummo eius cibi

† In græc. codic. impreßis deeſt ἢ γαστὴρ, quod in ãtiquis habetur.

† In veteri additur εὐθέως. id eſt ſtatim.

bi natent,& nauſeam ſubinde excitent:his neceſſariò incidit, vt cibũ parũ bellè concoquant. Quòd ſi contrà illis ea, quæ ſtomachum firmant: exhibueris: etiam in tertium quartumque diem ipſis venter ſiſtitur. Huiuſcemodi igitur hominibus vnicam victus rationem cõuenire animaduerti: nempe vt primo loco olera cum oleo & garo, aliaque, quæ ventrẽ mollire ſolent, ſumerẽt: poſt iuſtum autem cibi modum, aliquid eorum quę ſtomachum roborent, acciperent: ea ſunt mala,& pira,& punica: quippe aliqua ſunt horum generum, quæ citra acorem aſtringãt. Ipſe autem qui affligitur, omnibus ſeorſum vſu exploratis: quod minimè noxium iucundiſsimumq; inuenerit, eo vtitor. † Nõ multum] autem de horum ſingulis eſt ſumẽdum: ſed quãtum (vt dixi) imbecillitatem ſtomachi reficiet, nam eiuſmodi horum vſum vẽtrem ſoluere experientia comperi. Atque in totum magis qui ita ſunt affecti deiiciunt, ſi quid aſtringẽs poſt cibũ ſumpſerint, quàm ſi eo prorſus caruerint: propterea quòd os ventris iam roboratum,& trudit deorſum quæ in ſummo natant,& cum his vnà quæ in toto ſuperiore ſunt ventre, tum verò ipſum ciborum momentũ inteſtina quoq; exceptum ſeruant, ipſa quoque impellen-

† Mendosè legitur in græc. cod. impreßis μὴ παχὺ id est, non crassum, pro μὴ πολὺ, vt vertit interpres, & in veteri habetur.

tia quæ à ſuperioribus acceperunt. Videtur enim ipſa tum impellendi, tum expellẽdi vis, etiã ſi à ſede ipſa aliquid ſurſum impulerit ipſum motũ longiſsimè tueri, quãuis pręter naturam ſit eiuſmodi in animalis corpore tranſitus. Cæterùm ita ſe habere, vt dicimus, cuiuis intelligere licet, ſi quod ſæpè nobis accidit, ad memoriã reuocet. Nam mordax interim humor in locum aliquem ſedi vicinum receptus, ad expulſionem ſui nos irritat: quem tamẽ cohibere propter ciuilia negotia coacti, nec ab his expediti eum expellimus, & facta conuerſione † eius] caput inde dolere ſæpenumero ſentimus. Optima igitur ratione, tametſi lubricãtes cibi ſtomachũ innatant, auſtera ſumpta vbi ſuperioribus vẽtris partibus robur addiderint, principiũ deorſum ferẽdi iis, quę in eo cõtinentur, ſuppeditãt. Id ferendi principiũ inteſtina tũ excipere, tum ad imum vſq; exitum ſeruare ſolent. Atque quũ ſatis de his hactenus ſit dictũ, ad aliam inæqualẽ cõpoſitionem tranſire par eſt, quæ nulli dictarum in malitia cedit: vtiq; ~~in qua renes calculũ gignunt~~, aut tophos, quos Græcè ~~πώρους~~, aut quomodocunque aliter vocant: totus verò corporis habitus gracilis eſt, hi nanque medicamẽta, victumq;, quę extenuare poſsint, requirunt

† In græ. codic. impreſ. nõ eſt hæc particula, ſed eius loco deeſt τῆς γαστρὸς. id eſt vẽtriculi, & illud ἀνατρεπομένοι, legendũ eſt ἀνατρεπομένης, ſicuti locus legitur in veteri cod.

runt. At ea gracili corpori sunt inimicissima: adeò vt quidam qui propter renum vitiũ vsus his fuerat, vbi digitos deterius moueri, sentireq; sensit, & vt ipse locutus est, veluti †cauum quiddam] sonãtes, communicauit rem medicis. primum in Cãpania, vbi ipse agebat: hi, tãquam* eo affectu laboraret qui paralysin, id est resolutionem neruorum minaretur, medicamentis, quæ ex euphorbio, & limnesi (quã etiã ἄδαρκην, vel ἄδαρκον Græci vocant) vtebantur. Vt autem affectus ei in deterius cessit, & symptomata cum vehementi dolore ad superiores partes semper ascenderent: mihi qui id temporis in Campania fortè eram, rem indicauit, opemq; rogauit. Ego verò quũ ex iis medicamẽtis quæ memorauit, siccatum, in hunc affectũ venisse intellexi: quęrẽtiq; qua maximè victus ratione siccitati suæ citra rerũ noxam mederi quis posset, ptisanæ cremorẽ excogitaui, & pisces tum saxatiles, tũ qui in alto mari degũt, aliosq; in quibus nihil esset glutinosum. Simili modo & ex volatilibus quæcunque similem carnem habent. Porrò multæ ex montanis vocatis volucribus, tali sunt tẽperamento. Quas nanque in vrbibus cõclusas caupones qui eas venditant, humido ac copioso nutrimento impinguant, aduersissi-

† In Græ. legitur τὸ καπνιρὸν. id est quid simile carnibus à fumo exiccatis.

** In veteri græco codi. legitur non καταχομένου αὐτοῦ, sicuti in impressis, sed καταψυχθέντων αὐτῶν. id est, ipsis perfrigeratis.*

Vide nostras annotationes.

mæ his ſunt. Optima verò iis qui ita ſunt affecti, caro eſt, vt ex auibus perdicũ, proxima attagenarum, & ſturnorum, & merularum, & turdorum. Quòd ſi montanarum auium copia non eſt, de iis quæ in agro victitant, & gregalibus columbis, qui in turribus nidificant, ſumere licebit, itéque paſſerculos, qui ſimiliter in turribus nidificant, pyrgitas Græci vocant. Sunto autem in editis locis eiuſmodi turres: ita nanque & gallinis, & gallinaceis, qui in corte aluntur vti licet. Lac verò ſic affectis reliquorum quidem animalium eſt prohibendum: vnum verò aſininum concedendum: propterea quòd cæteris omnibus eſt tenuius. Ac, vt vno verbo dicam, mediam eſſe conuenit inter extenuantem impinguantemque victus eorum rationem. Particularem verò quæ his conueniat materiam, tum in iis libris ſcripſimus, qui ſunt de ciborum virtutibus editi, tum in eo in quo de euchymia & cacochymia præcipimus. Adeò ſuperuacuum eſt hoc loco pluribus morari: quũ id tantùm dixiſſe ſit ſatis, de toto horum corpore nutriendo curã habendã, per eã, quam ſuprà comprehendi, victus rationẽ, vbi de eo ſermonem feci, qui quiduis potius ſufferre voluit, quàm pice illini. At ſi obeſus ſit, quem calculus

inf

infeſtat, audacter huic tenuem victum iniungito. Eadem & iis qui articulorum vitiis laborant conuenire præcepta cenſebis. Quippe ipſi quoque medicamentis arthriticis, podagricisque ebibitis, ſi carnoſi, & craſsi, & pingues ſunt, nullum ſentiunt incommodum: ſin graciles, non modò totum corpus, ſed etiam pedes ipſos, interim verò & manus (ſi hæ quoque prius malè habebant) in grauiſsimum ſtatum ſiccando perducũt. Scire tamen licet podragrica hęc antidota multum à nephriticis diſtare, nõ in eo modò, quòd craſſos glutinoſosq; ſuccos attenuent, verùmetiam quòd calefaciant & ſiccent, nam calculoſis quæ valde calefaciãt, dari nullo modo cõuenit. Quoniam verò dictum abundè de talibus omnibus eſt, in opere quod de medendi ratione conſcripſimus, præterea in iis libris, quos de medicamentis edidimus: qui ipſi duplices ſunt, qui priores ordine ſunt, de medicamentis ſimplicibus: qui poſteriores de compoſitis: profectò nec omnino nihil, nec prolixius meminiſſe de iis cõueniebat, propterea quòd eiuſmodi corpora inter ea, quæ exactam ſanitatem habent, & quæ iam ægrotant, medium ſtatum obtinent, ſiquidem ea pars artis quæ inſtãtem morbum declinat (prophylactice

græ

græcè dicitur) affectis in hunc modũ corporibus conſulit. Nemini enim ex iis qui corporis habitum inculpatum habent: aut medicamenta bibenda, aut tenuante victu vtendum cenſemus. Sed qui pro naturali imbecillitate, aut corporis totius, aut partiũ quarũdam, ex leui cauſa læduntur: hos ad prædictæ proſpicientis partis victũ, traducẽdos cẽſemus, atq; à ſuſpecto ſummouendos, quẽ tamẽ nemini eſſe noxium videmus eorum qui naturali corporis bono ſunt habitu, & modicè laborare non grauantur. Verùm qui ex leui cauſa afficiũtur, ita vt magnis morbis aſsiduè vexentur, veluti comitiali, vertigine (quod ſcotoma græcè dicitur) capitis doloribus, item aliis in quibus caput ſubiectis partibus, ſymptomatũ occaſio eſt, quarum ſunt dentes, gingiuæ, columella, vno verbo, omnes quę in ore, & faucibus ſunt partes: ad hæc aures, & oculi, & ſtomachus, & vẽter, & ſpirãdi partes, nẽpe ſumma arteria, quæ larynx dicitur, & aſpera arteria, & pulmo, & thorax, his victus communis ſcopus eſt, caput ipſum ante omnia, & quàm accuratiſsimè minus opportunum ad vitia reddere: mox etiam afflictis partibus proſpicere, modò tamen ne ignoretur, hoc ipſum quoq; alia determinatione egere, vtiq; hac: Nõ omnes

nes quæ læsæ sunt partes, esse roborandas.
Optima verò determinatio est, quæ ex vsu earũ petitur: quippe oculorũ & auriũ permagnus est vsus. Idcirco decidentibus in has à capite excrementis, deriuatio per vicinas partes (parocheteusin Hippocrates vocat, molienda est, ac ad nasum potissimùm trahenda, quæ in has partes ferũtur: sin ad nasum non sequuntur, in os ipsum: vtique per ea quæ pituitam eliciunt (apophlegmatismata Græci vocãt) sicuti ad nasum, tum per ea quæ sternutamẽta mouẽt, tum quæ eius obstructiones aperiunt. Oculis verò ipsis robur adiicies, si sicco collyrio, quod ex phrygio lapide componitur, tutare: ac sic palpebris specillo inducas, ne oculi membranã intus contingas, ita nanque mulieres quotidie faciunt, quum stibio oculis gratiam conciliant. Ad aurium verò robur, adhibeas vel glaucium solùm super cote tritum cũ aceto, mox tepidum per specillum blandè infusum, aut etiam per instrumentum illud quod publicè in vsu est, & oricularium clysterem Græcè ὠτίγχυτα vocant, vbi verò satis firmatæ sunt, ita vt nihil in has confluat: assiduè instillandum optimi nardini vnguenti aliquid, id olim duntaxat Laodiceæ in Asia præstantissimũ fiebat, nunc verò & in aliis

fit

ſit vrbibus. Robur autem auribus vel magis afferet, iiſdēq; proficiet collyriũ, quod dia glaucium, propterea quòd glauciũ recipit, vocant: præterea diarhodon, & crocodes, & nardinum, & quod διοῖνου, Grecè dicitur: præterea ex vnguentis ea, quæ Romæ opulentis mulieribus cōficiuntur, quæ foliata & ſpicata vocant. Quòd ſi larga fluxio, & ſanies aſsiduè in aures à capite feratur, & exulceratio iã facta ſit: ſanè exulcerationi, Andronis medicamento, & ſimilibus medeberis. Inter autem id agendum, auertere materiam ad naſum, & os debebis: quo facto, iam comprenſis vteris. Velu ti autem ex iis quæ à capite defluunt, identidem læduntur aliqua eorum, quæ illi ſub iecta ſunt: ſic ex iecinore, & renibus, vel liene in alias partes, quę ipſis ſunt imbecilliores, morbi incidunt. Siquidem demonſtratum in iis commentariis eſt, qui ſunt de naturalibus facultatibus inſcripti, ſingulas partes trahēdi facultatē habere proprii ſibi ac cōuenientis ſucci, quē alterantes aſsimilantesq; abutũtur ad nutrimentũ. Rurſus aliam facultatem habere, qua, quod ſuperuacuum eſt, expellere in vicinũ deſiderent. Ac ſi quidem ipſa quæ vicina particula eſt, corporis habitũ firmũ habeat: quod ſibi obtruditur, vtiq; non admittit, facitq;

vt

vt in ipſa ſolùm, quę primùm affecta particula eſt, dolor vſque ſubſiſtat. Sin imbecillior ſit, quàm illa vnde excrementum mittitur: admittit illa quidem, cæterùm ipſa quoq; ad imbecilliorem quāpiam à ſe rurſus tranſmitit: atque hæc rurſus ad aliam, donec in eam procumbat, cui imbecillior nulla ſit reliqua. Atque ad hunc quidē modum, quorū nulla victus ſui cura eſt, alius alia parte aſsiduè vexatur. Qui verò nihil colligunt ſuperuacui, his manent imbecillæ partes ſemper in tuto. Cuius rei euidentiſsimum argumētum eſt, quòd aliqui ſex mēſibus pluribúſve infirmis partibus laborāt: quum ſi ſola imbecillitas ipſa †id efficeret, perpetuò laboraret infirma pars, ceu cui ægrotationis cauſa nunquam abeſſet. Nunc quoniā perpetuò non laborat, manifeſtū eſt aliud quippiam interuenire, quod eius affectus gignēdi ſit occaſio: quod certè aliud non eſt, quàm quod vel quātitate, vel qualitate redundat. Atque hoc ipſum quod redundat, aut per totū colligitur corpus, vocantq; eum affectum græcè plethoran, aut in parte aliqua principe, ſed quæ alioqui natura ſit imbecillior. Id verò aut in ipſa manēs, aut ſe in imbecilliorē quāpiam natura recipiens, noxam ingerit. Illud ergo ante omnia cōſiderandum, defi-

nien

†Mendosè legitur in Græ. cod. impreßis, τὴν βλάβην, pro τῆς βλάβης αἴτια, vt habetur in veteri.

niendumq; est proptérne semetipsum perpetuò laboret membrum, an propter aliud quod prius ipso sit affectum. Atqui extrinsecus quidem nonnunquam imbecille parti noxa incidit, ex eo quòd refrigerata † aut contusa, aut vulnerata, aut lassata est: plurimũ tamen ex victus ratione, quæ redundantiam vitiosum've succũ contrahit. Attendere itaq; magnitudini naturalis infirmitatis membri cõueniet, hac prius discretione vsum, ac tenuiorem quidem homini victum quàm prius exhibere, tũ idoneam exercitationem iniungere, cauere verò ne quid ab externis causis noxæ incidat. Postea si ab his nec ipse gracilis fiat, nec imbecilla eius pars affligatur: insistendũ eidem victus rationi est: sin autem aut omnibus membris fiat gracilis, aut malè afficiatur quod vitioso est habitu, mutare talem victus rationem debebis: vtique si affligitur, duorum alterum faciẽs, aut victum hominis in tenuiorẽ mutãs, aut certo anni tempore purgatione vtẽs. Ac aliis quidem vna quotãnis purgatio vere incipiente, satisfacit, aliis altera quoq; post hanc, autũno est opus. Ac si sanguinis quidem abũdantiam corpus accumulauit, mittẽdus iis est: sin vitiosum succum, vacuãdus hic medicamento est, quod superantem humorem purget.

† In veteri græco cod. additur ἢ φλεχθεῖσα, id est aut inflãmata.

Quod

Quòd si ex tenui victu pars afflicta leuatur, sed corpus emaciatur, picatione vtendum: sicut antea est cõprehensum, ad extenuati habitus refectionem. Sanè pessimus corporis status est & ille. Sunt enim, qui genitale semen copiosum calidũq; gignunt, quod eos ad ex pulsionẽ sui proritat: postquã & ventris os illis resoluitur (quod stomachus nõ à medicis modò, sed etiam ab aliis hominibus vocatur, ita vt à veteribus græcè καρδία) & ipsi toto corpore non solùm relaxãtur, imbecilliq; fiunt, sed etiam sicci, graciles, pallidi, cauisq; oculis cernũtur. Quòd si propterea quòd ex concubitu sic vexantur, ab hoc se retrahant nõ modò capitis molestiã, sed etiam stomachi offensionẽ, fastidiaq; sentiunt: sed nec ex continentia magnopere iuuãtur. Accidũt enim ipsis per nocturnas imagines non minora incõmoda iis, quæ à concubitu senserunt. Horũ quum quidam mordax præcalidũq; semẽ inter emittendum sentire nõ solum se, sed etiã mulieres cum quibus rem haberet, referret: suasi homini abstineret à cibis qui semen genitale augerent: sumeret autem non cibos modò, verùm etiã medicamenta, quæ id extinguerent: quorũ tradita nobis materia est, in his libris quos de alimentis, itemq; quos de simplicibus

medicamentis conſcripſimus, tũ verò exercitationibus vteretur, quæ ſupernas partes potius exercẽt: cuiuſmodi eſt, quæ parua pila, & quæ folle fit, & quæ per alteres. A balneo verò lumbos totos vngeret, vnctione quapiam frigida. Talia ſunt & crudum, & acerbum oleum quod ὠμοτριβὲς & omphacinum vocãt, & roſaceum & melinũ, & vtique quod ex eiuſmodi fit oleo. Ipſe verò craſsioris ſubſtantiæ vnctiones nõnullis compono, †ne facilè à corpore defluãt. Eſt autem cõpoſitio earum ex cera, & aliquo eorum quę refrigerẽt. Primum autem vbi ceratum (quod à medicis Græcè κηρέλαιον dicitur) feceris: dein in mortario manibus affatim ſubegeris, infundes refrigerãtem ſuccum, quem etiam quàm maximè cum cera ſic permiſcebis, vt vnitas fiat, ſuccorum verò id genus deſcriptã materiam habes in ſimplicium medicamentorum libris. Quorum obuii maximè, facillimeq; parabiles ſunt, & ſemperuiui, & ſolani, & vmbilici veneris, & pſyllij, & polygoni, & tribuli, & portulacæ, hęc verò ſuccum non remittit, niſi dum in mortario tũditur, adfuſum ſit humoris quippiã, qui tenuis aquoſæque †non lentæ & craſſæ ſubſtantiæ ſit, qualis vuæ immaturæ eſt, & roſarum. Verùm hi æſtate reliquorum nõ pauci etiam aliis

†Mendosè legitur in Græ. cod. Aldi. καὶ ῥᾳδίως, p μὴ ῥᾳδίως

†Perperã legitur in Græ. cod. impreßis, καὶ γλίσχρου. i. & lentæ pro, μὴ γλίσχρου, vt vertit interpres.

†Locus hic in Græ.cod.impreßis est tum mendosus tum diminutus. In veteri ita legitur, μή τε ὅταν ἀκμάζει τὰ φυτὰ, καθάπερ τοῖς προειρημένοις, οὕτω καὶ τούτοις εἰσὶν ὑποστρώμασι χρῆσθαι. αἱ γὰρ σφοδραὶ ψύξεις τῶν ἐπιθεμένων τοῖς κατὰ τὴν ὀσφυν χωρίοις ἀδικοῦσι τοὺς νεφρούς. i. *Neq; quū in vigore consistunt herbæ, sicuti prædictis, ita his quoq; substratis est vtēdū, etenim vehementes refrigerationes eorum quæ circa ilia apponuntur, renibus noxam inferunt.*

aliis temporibus habentur, veluti lactucæ: qui ipse quoq; ex refrigerātibus est. Quin- etiā lini semē si in aqua coquas, refrigerantem cremorem efficit. Porrò gymnastarū quēpiam vidimus ex iis qui athletis præfuerat, qui athletæ cuiusdā renibus plūbi laminā superposuit, quo nocturnis imaginibus careret. Idq; quū è plebe cuidā, qui sic esset affect⁹, indicarē: adiut⁹ gratias egit. Alter verò cui carnis natura imbecillior erat, nō tulit plūbi duritiā, huic ergo suasi, earū quas suprà dixi herbarū aliquas substernere, ac cum ipsis molles amerinæ frondes, & rutæ: sensitq; illico ex his fructum, itaque vsus deinceps assiduè est. Quin vbi amerinæ semine assiduè vesci suasi, etiā ob id gratias egit, sicuti etiā pro ruta. At taliū quidē materia tum in opere de simplicibus medicamentis, tum in libris de ciborum viribus tradita est. Nunc illud visum est sermoni necessariò adiiciendum, cauendas esse vnctiones frigidas, quæcunq; ex papauere, mādrag[illegible] fiūt. Neq; enim horū quippiā [illegible] neq; etiam quum in summo

viriũ ſunt, herbæ ipſæ ſubſternẽdæ. Nam ſicuti prædictis, ita iis quoq; ſubſtratis, vti licet.] Quin roſas experiri cuidã ſuaſi, ſenſitq; ex his ſubſtratis leuamẽ citra vllã renũ noxam. Sed & aliud excogitaui, iis qui ita ſunt affecti, non inſalubre, veluti ex ipſo vſu cõperi. Quippe experiẽtia normæ vice ſemꝑ habẽda eſt eorũ, quæ excogitaueris: nec ſcribẽdũ pro vtili quicquã eſt, quod nõ ſis expertus: niſi tamen hoc ipſum teſteris, non eſſe tibi adhuc expertũ. Quid ergo eſt quod à me excogitatũ magnæ eſſe vtilitatis ſum prefatus? nẽpe ſeruare oportere, qui hoc vitio corporis vrgẽtur, quãdo maximè genitalis ſeminis abũdantiã, quod excerni poſtulet collegerint, ac die quopiã poſtquã boni ſucci cibis in cœna ſe modicè ĩpleuerint, ad ſomnũ cõuerſos cõcũbere, poſtero die quũ ſatis dormierint, ac ſurrexerint, linteo fricari, quoad rubor per cutẽ appareat, mox aliqua ex oleo frictione modicè vti: tũ exiguo interpoſito tẽpore, panis aliquid *bene fermẽtati & furno cocti,] ac puri, ex vino miſto guſtare: atq; ita ad opus cõſuetũ redire, medio tamẽ tẽpore frictionis ex oleo, & panis guſtãdi, ſi quis locus in vicino ſit, in eo ambulare, excepto ſi hybernũ frigus ſit, tũ enim intus manere ſatius duco. Non diſsimilẽ roborandi per cibũ ſtoma

*In veteri græc. co. legitur, nõ ζυζυμον, ſed ἄζυμον, id eſt. Nequaquam fermentati, id quòd cõfirmat verbum ſtatim ſequẽs κλιβανίτην, quod erat vertẽdum in teſtes cocti nõ in furno, vt vertit interpres. vide noſtras annotationes.

ma

machi rationẽ,& Grãmatico cuidã, quem comitialis ſpaſmus aſsiduè vrgebat,ſuaſi: ac mirificè contulit. Maximè verò in fiduciã veni hominis iuuãdi,vbi didici cũ ſpaſmos incidere,quum diutius à cibo abſtinuiſſet,magisq; ſi dolor interim,iráve interueniſſet. Quinetiã habitũ corporis eius cõtuebar,†ſciſcitantiq; de hac ipſa re,ſtomachũ aſsiduè bili vrgeri eſt faſſus. Omnibus verò qui hæc legent cõmuniter illud ſuaſum velim,præſertim qui tametſi medicinæ artis ſunt ignari, cogitationẽ tamen habent exercitatã,ne veluti vulgus,ita ipſi quoq; pecorum ritu,victus ratione vtantur:quin potius vſu explorent,quínã ipſis cibus,potúsve ſit noxius,quę pręterea quãtaq; dimotio. Pari modo & de venere obſeruẽt:num noxia ſibi innoxiáve ſit:tũ ex quãto interuallo vtẽtib⁹ noxia innoxiáve ſit. Nã,ſicut retuli,nõnulli immodicè læduntur:alii citra noxã vſu eius ad ſenium vſq; ſufficiunt. Verũ hæc ambo genera rara:nempè eorum qui magnopere læduntur,& qui nullum ſentiunt incõmodum. Totum verò quod in medio eſt, id cum maioris,minorisq; diſcrimine,ad magnũ hominum numerum ſe extendit: quorum qui nõ rudes ſunt,ſed ratione probè exercitata(nõ enim quorũlibet eſt hæc noſſe)

† In Græ. codic. impreſ. deeſt, ἰσχνὴν id eſt gracilem, quod habetur in veteri.

iis ſuadeo obſeruent,ex quibus lædi ſe iuuaríve ſentiant,ita enim fiet,vt in paucißimis medicorum opera indigeãt,quoad in ſanitate ſunt. Hactenus prodiderã, quum amicorum quiſpiam toto opere perlecto, vnum omnino reſtare dicebat,quod ſuperius à me relictum,poſt erat dicendũ,nempe medicamentum quod ex malorum ſucco conficitur,quod tum ad appetentiã excitãdam iis,quibus ea languet,eſt vtile: tũ ad concoctionem iis, qui parũ feliciter cibos concoquunt:& in ſumma,vẽtri robur cõciliat. Laudato igitur homine,quod admonuit appoſui, & cõpoſitionem ipſius, quæ ad hũc modum ſe habet: Accipies ſucci malorum cotoneorũ quæ dulciora maioraq́ue ſunt,ac minus acerba,quæq́ue noſtrates in Aſia græcè ſtruthia vocant,ſextarios Romanos duos,quibus mellis optimi tãtundẽ miſcebis, aceti ſextariũ vnum & ſemiſſem,hæc quum ſuper prunas modicè coxeris,& ſpumam detraxeris,immittes zingiberis vncias tres, piperis albi duas, dein rurſus in ſimili igni recoques,donec mellis craſsitudo exiſtat,qua vtiq; craſsitudine ſtomachica medicamẽta pręparari ſolent. Hoc verum medicamentũ etiam iis quib⁹ inualidũ iecur eſt, ſalutare in primis eſt. Illud verò latére non debet, ieiunis id
max

maximè dandũ esse,mediocris mistri modo,quãquam nec si à cibo sit sumptũ,quicquam lædit. Commodè quoque dabitur, etiã si prius pransus, quispiam ante cœnã id sumpserit. Maximè tamẽ tempestiuè id duabus horis,aut tribus ante cibũ obtuleris. Quòd si id astringere magis voles,etiã ex cotoneorum succo conficias. Cæterùm sicut vẽter intemperie caloris laborat, aut etiam bili quouis modo abundat,huic auferri & piper,& zingiber debebit, ac succus malorũ cũ aceto & melle,tãtũ ad præscriptam crassitudinẽ coctus dari. Qui verò medio tẽperamento ventres habẽt, ita vt nec biliosum excrementũ, nec pituitosum congerãt:iis piperis & zingiberis dimidium eius, qui prædictus est, modi, sat erit:ita nimirum vt sit piperis vncia vna, zingiberis vna & semis. At quibus frigiditas temperiẽ vitiat:iis quatuor zingiberis, piperis tres,aut duas & semis vncias iniicies,licebit & quũ ad mediũ modũ præparaueris,in ipso vsu piper addere. Atque ad hunc modũ iis quibus in diuersis mẽbris pugnantia tẽperamẽta sunt,consulendum censemus. Quibus verò in vna qualibet similari instrumentalíve parte imparitas tẽperamenti visitur,de iis alio opere agetur.

LVGDVNI,
Excudebant Philibertus Rol-
letius, & Bartholomæus
Frænus.



INDEX IN SEX LIBROS GALENI DE SAnitate tuenda, qui duplici numero inscribetur: primus paginam, secundus lineam denotat.

A

Ac

vio

Con

Du

Ex

In-

mo

Ma

incr

vir

Pit

ad

F I N I S.